आध्यात्मिक ज्ञान

(उत्पादन, वितरण र उपयोग)

देवीप्रसाद प्रसाई

आध्यात्मिक ज्ञान
देवीप्रसाद प्रसाई

9789937-0-3371-8

आध्यात्मिक ज्ञान

(उत्पादन, वितरण र उपयोग)

देवीप्रसाद प्रसाई

आध्यात्मिक ज्ञानः उत्पादन, बितरण र उपयोग

पहिलो संस्करण, १००० प्रति

नेपाली संस्करण

सर्वाधिकारः © लेखकमा सुरक्षित, सन् २०१७

यो पुस्तकको पुरै वा कुनै अंश पुनरुत्पादन र फोटोकपि गर्न पाइने छ तर कसैले व्यापारिक प्रयोजनले पुनरुत्पादन वा फोटोकपि गरेमा कारबाही हुनेछ ।

प्रकाशक
देवीप्रसाद प्रसाई
फोनः ५२०२०५७
महालक्ष्मी २, ललितपुर
इमेलः deviprasai@gmail.com (सुझाव र प्रतिक्रियाका लागि)

मुद्रणः अजीमा अफसेट प्रेस, बागबजार

मूल्यः अमूल्य (दानस्वरुप)

ISBN: 9789937-0-3371-8

प्रस्तावना

जुन विषयमा म अल्पज्ञानी छु, त्यही विषयमा जसले मलाई यो किताब लेख्ने एउटा माध्यम बनाउनुभयो, ती परमेश्वरलाई म सर्वप्रथम दण्डवत प्रणाम गर्छु । म आध्यात्मिक विद्यालयको प्राथमिकतहको विद्यार्थी हुँ । मुस्किलले आध्यात्मिक वर्णमालासँग परिचित छु । शब्द र वाक्य जान्नु र तिनलाई सर्वसाधारणका लागि व्याख्या गर्नु मेरा सुदूर आशा हुन् । यदि कुनै मिथ्या धारणा, खराब वयान, गलत र तोडमोडपूर्ण व्याख्या भएको रहेछ भने म त्यसका लागि क्षमा प्रार्थी छु, । म आफैँलाई थाहा छैन- म के गरिरहेको छु ? के कारण हो मेरो अन्तस्करणले जे जान्दछ त्यही लेख्न प्रेरित गऱ्यो । त्यसैले, मैले आफ्नै अनुभवका आधारमा यस विषयमाथि केही लेख्ने जमर्को गरेको छु । मलाई थाहा छ- यो किताब अलोकप्रिय हुनेछ । किनभने, यसले कुनै निश्चित आस्था वा सम्प्रदाय वा शाखालाई अनुसरण गरेको छैन । यो भौतिक संसारमा आध्यात्मिकता आफैँमा अलोकप्रिय विषय हो । त्यसमाथि आध्यात्मिक अर्थशास्त्र झन् अलोकप्रिय विषय । यो नवीन र सापेक्षमा कम व्याख्या र विमर्श भएको विषय हो । तसर्थ, मैले अलोकप्रिय विषयलाई अनावरण गरेर अलोकप्रिय हुने हिम्मत गरेको छु । मैले आफ्नो वर्कतले भ्याएसम्म यस विषयलाई अर्थशास्त्रका सिद्धान्त र औजारका सहयोगले व्याख्या गर्ने प्रयत्न गरेको छु । मेरा गल्ती तथा त्रुटिका निम्ति मलाई क्षमा दिनु होला ।

म उहाँहरूको आध्यात्मिक साहित्य र प्रज्ञाका निम्ति स्वामी रामकृष्ण, विवेकानन्द, परमानन्द, दयानन्द, प्रभुपाद, शिवानन्द, कृष्णानन्द, ओशो, खप्तडबाबा, शिवपुरीबाबा, बोधि, महाथेरा, हदरथ मिर्जा गुलाम अहमद, र जागीर नायकप्रति कृतज्ञ छु । म अद्वैतवाद, शाश्वत सत्य, आत्माको एकत्व, अस्तित्वको एकत्व र धर्महरूको सामञ्जस्यमा विश्वास गर्छु । चिरस्थायी शान्ति र सुखको सुनिश्चितताका लागि विभिन्न आस्थाहरूबीच समन्वय र एकतालाई प्रोत्साहित गर्न मैले साझा आधारहरू खोज गर्न र त्यही साझा बाटोमा हिंडन अधिकतम प्रयत्न गरेको छु ।

पाश्चात्य आधुनिक मनिषीहरू म्याक्स मुलर, जोनसन, केनेडी र दुइसेनलाई म अत्यन्त श्रद्धा गर्छु । आध्यात्मिक ज्ञानलाई सतर्कतापूर्वक अन्वेषण गरी अंग्रेजीमा अनुवाद र व्याख्या समेत गरेर उहाँहरूले आस्थाका साझा

आधारहरू विस्तार गरिदिनुभएको छ । यस शताब्दीका विद्वान्हरु स्वामी सर्वप्रियानन्द, एरिक बटरवर्थ, सुमेकर, धनेश्वरदास, स्टेभेन बारायान्याई र भलियाले आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको गोरेटो बनाउन जुन अगणितीय योगदान गर्नुभयो त्यसका लागि म वहाँहरुप्रति कृतज्ञ छु । उहाँहरूले खनेको गोरेटोलाई राजमार्ग बनाउनु हाम्रो कर्तव्य हो । मेरा निम्ति विभिन्न आस्थाहरूबीच कुनै तात्विक भिन्नता छैन । तसर्थ, मैले माथि उल्लिखित मनिषीहरूले तयार गरेको साझा गोरेटेमा हिँड्ने प्रयत्न गरेको छु । आध्यात्मिकताको अत्यन्त महत्वपूर्ण लक्ष्य हासिल गर्न मैले उहाँहरूलाई जोड्ने पुल बनाउनका निम्ति आफ्ना तर्फबाट अत्याधिक यत्न गरेको छु । आर्थिक सिद्धान्त र औजारलाई आध्यात्मिकतामा प्रयोग गर्नु कष्टसाध्य कार्य हो । तर, यो न्यायोचित र पवित्र कर्म हो । त्यसैले, मैले यो प्रयत्न गरेको हुँ । गलत बयान, व्याख्या र कठीन अर्थशास्त्रीय वक्र रेखाका लागि म क्षमायाचना गर्दछु । त्यस्तै भाषागत अशुद्धताका लागि पनि क्षमाप्रार्थी छु ।

यो किताब लेख्दा मैले विन्सटन चर्चिलका शब्दहरू झल्झली सम्झिरहेँ । उनका निम्ति तीन कुरा गर्नु असम्भव थिए । चर्चिलले भनेका थिए, ‘मेरा निम्ति पहिलो असम्भव आफैतिर अडेस लागेको पर्खाल चढ्नु । दोस्रो, मबाट टाढा झुकेकी युवतीलाई चुम्बन गर्नु । तेस्रो, कुनै विषयमा म भन्दा जानकार समूहका सामु त्यो विषयमा बोल्नु ।’ यो किताब लेख्ने क्रममा मैले यी तीनवटै कठिनताको सामना गरेको छु । मेरा लागि आध्यात्मिकताको पहाड चढ्नु सगरमाथा चढ्नुभन्दा पनि दुःसाध्य कार्य हो । आध्यात्मिक साहित्यको उचाइ अत्यन्त उँचो छ तर यसको आरोहणका लागि म साह्रै फुच्चे छु । आध्यात्मिक अर्थशास्त्र भौतिक अर्थशास्त्रको सर्वथा विपरीत छ । म भौतिकतामा प्रशिक्षित र दीक्षित व्यक्ति हुँ । तसर्थ, आफूले कम जानेको विषयमा सीमित अनुभवका आधारमा लेख्नु साह्रै कठिन रहेछ ।

अमूल्य सुझाव तथा टिप्पणीका निम्ति म लुम्बिनी बुद्धिष्ट विश्वविद्यालयका पूर्व उपकुलपति प्रा.डा. तुलसीराम वैद्य, त्रिभवन विश्वविद्यालयका सेवानिवृत प्रा.डा. विश्वम्भर प्याकुरेल, महेन्द्र संस्कृत विश्वविद्यालय, बौद्ध अध्ययन विभागका प्रमुख प्रा.डा. काशीनाथ न्यौपानेप्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । त्यस्तै भाषा सम्पादनका लागि भाइ राजेन्द्र प्रसाईलाई धेरै धेरै धन्यबाद दिन चाहन्छु ।

देवीप्रसाद प्रसाई
ललितपुर, मँसिर १, २०७३

भूमिका

खोजमूलक, सूचनामूलक र विश्लेषणात्मक विधिको प्रयोग गरी स्तरीय प्राज्ञिक र शैक्षिक पुस्तक लेख्नु आफैंमा एउटा बहु र प्रशंसनीय काम हो। यसले लेखकको बौद्धिक क्षमता र ज्ञानको मात्र उजागर नगरी पाठकलाई नवीन ज्ञान प्रदान गर्दछ। वहाँको योगदानलाई देशभित्रका र बाहिरका विद्वान् प्राज्ञहरू र विद्यार्थीहरूले सधैं सधैं सम्झीरहनु हुनेछ।

डा. देवीप्रसाद प्रसाईको पुस्तक "आध्यात्मिक ज्ञानः उत्पादन, वितरण र उपयोग" लाई उल्लेखनीय बौद्धिक योगदानको रूपमा लिएँ। किताब पाएपछि मैले चाख लिएर अद्योपान्त पढ्ने मौका पाएँ। आध्यात्मिक अर्थशास्त्रका नयाँ अवधारणाहरूले मलाई निकै प्रभावित बनायो। यसै सन्दर्भमा म वहाँका केही वाक्यांशहरूलाई यहाँ राख्न चाहान्छु, जसले मलाई निकै प्रभावित बनाएँ।

> "दिदा क्षणिक पीडा दिन्छ तर त्यसले दीर्घकाल सम्म खुशी र आनन्द दिन्छ।"
> "दान दिएपछि त्यो भौतिक वस्तु आध्यात्मिक ऊर्जामा परिणत हुन्छ।"
> "तपाईले क्षमादान दिदा इश्वरीय ऊर्जा प्राप्त हुन्छ, त्यसले तपाई र तपाईको समाजलाई शान्ति प्रदान गर्छ।"

विद्वान् लेखकले विभिन्न आस्था जस्तो कि इस्लाम, इसाई, बौद्ध, सनातन धर्मका भौतिक र आध्यात्मिक धन र लगानिलाई विश्लेषणात्मक र तुलनात्मक रूपले प्रस्तुत गर्नु भएको छ। आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा नै यस्तो धन हो जसले व्यक्तिलाई शान्ति र आनन्द प्रदान गर्छ र भौतिक धनबाट छुटकारा दिलाउँछ।

आध्यात्मिक प्रकाशले मनिसलाई परोपकारी, शान्त, दयालु, क्षमाशील र सहयोगी बनाउँछ। यसले मनमा शान्ति र आनन्द भर्छ। यसले आत्मा र परमात्माप्रति उत्प्रेरणा जगाउँछ। त्यस्तै आध्यात्मिक प्रकाशले

मानव हृदयबाट लोभ, द्वेष र मोहलाई हटाउँछ । सबै धर्महरूले आवश्यकतामा रहेका गरीब, अपाङ्ग, टुहुरा बालबालिका, विधवाहरूलाई सेवा र सहयोग गर्न सिकाउँछन् । तिनै मानवीय पुण्य कर्महरूद्वारा आध्यात्मिक लक्ष्यहरू हाँसिल गर्न सकिन्छ। ध्यान, कर्म र भक्ति आध्यात्मिक लक्ष्य हाँसिल गर्ने माध्यम हुन् ।

डा. प्रसाईले विद्ववत्तापूर्वक प्रस्तुत गर्नु भएको अभिव्यक्ति जस्तो कि दान, ध्यान र ज्ञानले मेरो मन छोयो । यसबाट मेरो बाल्यकालको एउटा अनुभव सम्झन पुगे। म केटाकेटी हुँदा मेरा बुबा र हजुरबुबाले आफ्नो हृदय र मनलाई सफा गर्न भिक्षू/साँधु सन्त र अन्य व्यक्तिलाई दुईमुठ्ठी चामल दान दिएर मात्र खाना खानु भन्नु भएको थियो । त्यो परम्परालाई मेरो परिवारमा हालसम्म पालना गरिएको छ । मेरो विचारमा त्यो धार्मिक र आध्यात्मिक कर्म हो । यो पुस्तकमा अर्थशास्त्रीय सिद्धान्त र औजारहरूलाई तिनै दान, ध्यान र ज्ञानको क्षेत्रमा प्रयोग गरिएको छ ।

यस्तो प्राज्ञिक र बौद्धिक योगदानका लागि म डा. प्रसाईलाई बधाई दिन चाहन्छु । यसले सबै पाठकलाई नयाँ ज्ञानको प्रकाश दिनेछ । एउटा शिक्षकको सबैभन्दा प्रशंसनीय योगदान भनेकै विद्यार्थी, उपासक, उपासिकालाई नयाँ ज्ञानको प्रकाश प्रदान गर्नु नै हो । भविष्यमा वहाँले यस ज्ञानको क्षेत्रमा अझ बढी योगदान दिनु हुनेछ भन्ने मैले आशा र विश्वास लिएको छु । डा. प्रसाई जस्ता शिक्षक र अनुसन्धानकर्ताको पवित्र कर्तव्य भनेकै आफ्नो रुचीको विषयवस्तुमा अध्ययन अनुसन्धान गर्नु, अर्न्तक्रिया गर्नु र प्रज्ञा र ज्ञानको क्षेत्रमा योगदान गर्नु नै हो । यस्तो नवीनतम् ज्ञान र प्रज्ञाले भरिपूर्ण बौद्धिक पुस्तक लेख्नु भएकोमा म डा.प्रसाईलाई बधाई दिन चाहन्छु।

प्रा.डा. तुलशीराम वैध
पूर्व उपकूलपति,
लुम्बिनी बुद्धिष्ट विश्वविद्यालय, काठमाडौं

बिषयसूची

अध्याय एक १
परिचय १
१.१ भूमिका १
१.२ परिभाषा २
१.३ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको धारणा २०
१.४ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको क्षेत्र २२
१.५ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको आधारभूत कुराहरू २३
१.६ भौतिक र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा फरक २६
१.७ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रसम्बन्धी प्रश्नहरू ४३
१.८ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको तुलनात्मक अध्ययन ४८
१.९ सन्दर्भसूची ६०
अध्याय दुई ६४
आध्यात्मिक चाहना र वर्गीकरण ६४
२.१ चाहनाको वर्गीकरण ६४
२.२ आध्यात्मिक चाहनाको वर्गीकरण ७२
२.३ असन्दर्भसूची ८०
अध्याय तीन ८१
आध्यात्मिक सन्तुष्टि र खुशी ८१
३.२ उपयोगिताको सिद्धान्त ८३
३.३ सन्दर्भसूची ८८
अध्याय चार ९०
आध्यात्मिक धन सम्पत्ति ९०
४.१ आध्यात्मिक धन ९०
४.२ आध्यात्मिक सम्पत्ति ९८
४.३ सर्न्दभसूची १०२
अध्याय पाँच १०४
आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन १०४
५.१ आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन १०४
५.२ आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन १०६
५.३ अतिरिक्त परोपकारी भावना र भक्ति ११४
५.४ आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन ११९
५.५ उत्पादनको प्रक्रिया १२२
५.६ सन्दर्भसूची १२३
अध्याय छ १२५
बचतको अर्थशास्त्र १२५
६.१ भौतिक वस्तुको संचिति र यसको असर १२५

६.२ आध्यात्मिक बचत १३०
६.३ सन्दर्भसूची १३२
अध्याय सात १३४
दानको अर्थशास्त्र १३४
७.१ दानको अर्थ १३४
७.२ दानको क्षेत्र १३५
७.३ दानका वलहरू १४०
७.४ दानका फाइदाहरू १४१
७.५ दानका निर्धारकहरू १४४
७.६ बढी प्राप्त गर्न दान १५३
७.७ दानका तरीकाहरू १५५
७.८ प्रज्ञाको रूपमा दान १५५
७.९ सन्दर्भसूची १५६
अध्याय आठ १५७
दया र क्षमादानको अर्थशास्त्र १५७
८.१ दयाको अर्थ १५७
८.२ दयाका बलहरु १५८
८.३ सन्दर्भसूची १६४
अध्याय नौ १६६
समर्पण १६६
९.१ समर्पणको अर्थ र क्षेत्र १६६
९.२ शान्तिको उत्पादन १७२
९.३ सन्दर्भसूची १७४
अध्याय दस १७५
योग र ध्यानको अर्थशास्त्र १७५
१०.१ योग र ध्यानका उद्देश्य विधिहरू १७५
१०.२ ध्यानको शक्ति वा ऊर्जा १८०
१०.३ ध्यानका फाइदाहरू १८४
१०.४ ध्यानका सामाजि फाइदाहरू १८६
१०.५ ध्यानका मनोवैज्ञानिक फाइदाहरू १८८
१०.६ ध्यानका आर्थिक फाइदाहरू १८९
१०.७ सन्दर्भसूची १९०
अध्याय एघार १९३
आध्यात्मिक लगानि १९३
११.१ आध्यात्मिक लगानिको अर्थ १९३
११.२ सन्दर्भसूची १९६
अध्याय बाह्र १९७
आध्यात्मिक समता र कार्यदक्षता १९७
१२.१ आध्यात्मिक समता १९७
१२.२ आध्यात्मिक कार्यदक्षता २०५

१२.३ सन्दर्भसूची २०७
अध्याय तेह्र २०९
आनन्द........ २०९
१३.१ परिचय २०९
१३.२ खुशीका प्रकारहरू २१२
१३.३ सन्दर्भसूची २१५
अध्याय चौध २१७
सन्तुलित भौतिक र आध्यात्मिक विकास २१७
१४.१ परिचय २१७
१४.२ विकासको नयाँ मोडल २१९
१४.३ उपसंहार २२७
१४.४ सन्दर्भसूची २३०

अध्याय एक
परिचय

“आध्यात्मिकता धर्मबाट आउँदैन यो आत्माबाट आउँछ ।”

- एन्थ्रोनी डुवलस विलियमस्

१.१ भूमिका

आध्यात्मिक विषय जटिल, गहन र गम्भिर भएकाले यस बारेको बुझाइ , अभ्यास र साधना फरक फरक हुने गरेको छ । कुनै निश्चित आस्था भएका व्यक्तिहरू आ-आफ्नै आस्थाका आधारमा आध्यात्मिक विषयवस्तुको रसस्वादन गर्दछन्, त्यसमा भिज्दछन् भने धर्म निरपेक्ष व्यक्तिहरू आध्यात्मिकतालाई आफ्नै तरिकाले बुझ्ने, अभ्यास र साधना गरी आत्मसात गर्ने गर्दछन् । चाहे निश्चित धर्मको सापेक्षकतामा आध्यात्मिक विषयवस्तुलाई बोध गर्ने हुन वा धर्म निरपेक्षको रूपमा बुझेर साधना गर्ने हुन, दुवैको साझा लक्ष्य चाहिँ शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु नै हो ।

भगवान मान्ने वा नमान्ने, आस्तिक व्यक्तिहरू हुन् वा नास्तिक हुन्, दुवैले उत्तिकै शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्न सक्छन् । ती दुबैले आध्यात्मिक अभ्यास/साधना गर्छन् र मन र आत्मामा रहेको अपवित्रतालाई भष्म बनाउँछन् । बुझ्न जरुरी के छ भने आध्यात्मिकता आस्थाहरूको साझा स्रोत हो । आध्यात्मिकतालाई धर्मशास्त्रको एउटा पाटो भनेर बुझ्ने अथवा धर्मलाई आध्यात्मिकताको एउटा भागको रूपमा बुझ्ने शास्त्रीय उपागमहरू आंशिक सत्य हुन् । आध्यात्मिकताको सीमित अध्ययनमा मैले बुझेको कुरा चाहिँ फरक छ, “आध्यात्मिकता सबै आस्थाहरूको साझा स्रोत हो ।” आध्यात्मिकता न धर्मशास्त्रको एउटा पाटो हो, न त धर्म आध्यात्मिकताको एउटा भाग हो । कुनै आस्था नमाग्नेहरूका लागि आध्यात्मिकता सूक्ष्म ज्ञानको मुहान हो । जहाँबाट

अविरल ज्ञानगंगा बगिरहन्छ । दुबैको साझा लक्ष्य भनेको शान्ति र आनन्दलाई दिगो बनाई राख्नु नै हो । आस्थाहरूका बीचमा फरक फरक मान्यता र साधना भए पनि साझा , मान्यता, र साधनाहरू पनि छन् । तिनै साझा आध्यात्मिक , मान्यता, र साधना मानव हितका लागि बढी लाभदायक हुन्छन् । शान्ति र आनन्द प्राप्तिका लागि साझा साधनाको गोरेटोलाई राजमार्ग बनाउने अभिप्रायले केही फरक ढंगले बुझ्न, साधना गर्न र ज्ञानलाई आत्मासात गर्न नवीनतम आयामको रूपमा यो विचार र साधनालाई अगाडि बढाउने जमर्को गरिएको छु ।

हरेक आस्था मान्नेको आ-आफ्नै र मान्यताका आधारमा जीवन पद्दति चलिरहेको छ । कुनै पनि आस्था नमान्नेको पनि जीवन पद्दति चलिरहेको छ । सबैको जीवन पद्दतिलाई शान्ति र आनन्दमय बनाउनु नै आध्यात्मिक विधाको साझा उद्देश्य हो ।

१.२ परिभाषा

चाहे उपनिषदहरूमा होस् वा बाइबल, चाहे धम्मपद होस् वा कुरान, सबै शास्त्रहरूले शान्ति र आनन्द प्राप्त होस् भन्ने अभिप्रायले आध्यात्मिक शिक्षा र उपदेश प्रदान गरिरहेका छन् । यिनीहरू सबै आस्थाका साझा सम्पत्ति हुन् । वेद सबै धर्मावलम्बीहरूको साझा स्रोत हो । वेद र उपनिषद सनातन भएकाले यसलाई कुनै धर्म र सम्प्रदायमा बाँध्न सकिँदैन । वेद, उपनिषद, कुरान, त्रिपिटक, बाइबल सबैका साझा सम्पत्ति हुन् । यी सबै आध्यात्मिक ग्रन्थहरूको उद्देश्य प्रेम, खुशी, दया, सद्भावको प्रवर्द्धन गर्नु नै हो । ती उद्देश्य प्राप्त गर्नका लागि साझा संन्देश चाँहि चाहनाहरूलाई नियन्त्रण गर्नु हो ।

सामान्य अर्थमा आध्यात्मिकता “एउटा यस्तो प्रक्रिया हो, जसले व्यक्तिको मनलाई आत्मासँग जोडी दिन्छ । यो यस्तो प्रक्रिया हो जहाँ आत्मा साक्षात्कारका लागि मनलाई बुझ्ने, तालिम दिने, स्वतन्त्र छाड्ने र पुनः नियन्त्रण गर्ने अभ्यास गरिन्छ ।” यो यस्तो विधा हो जसले शरीर, मन र आत्मा बीचको सम्बन्धलाई अध्ययन गर्छ । शरीर, मन र आत्मा फरक फरक वस्तु हुन भने बोध गराउँछ । यो सबै धार्मिक आस्थाहरूको साझा स्रोत हो । यस अर्थमा आध्यात्मिकताको मूल लक्ष्य भनेकै दिगो

शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु हो । यति हुँदाहुँदै पनि केही धार्मिक आस्था र सम्प्रदायले अरु भन्दा पृथक देखिन, आफ्नो धर्म सम्प्रदायलाई फरक देखाउन जानी बुझीकन गलत व्याख्या र विश्लेषण गरेका छन् । यसो गर्नुको मूल अभिप्राय भनेको धेरै भन्दा धेरै व्यक्ति र समूहहरूलाई आफ्नो धर्म र सम्प्रदायप्रति आकर्षित गर्नु हो ।

– “आध्यात्मिकता मानवताको त्यो पक्ष हो जसमा व्यक्तिहरू आफ्नो मनलाई आत्मा वा ‘पुरुष’ सँग वा अन्य कुनै अदृष्य शक्तिसँग जोडिएको अनुभव गर्दछन् ।” क्रिष्टिनो पुचलस्की

– “आध्यात्मिक भनेको मुक्तिको यात्रा हो ।” - उपनिषद

आध्यात्मिक भनेको जटिल र मान्यताको यस्तो समूह हो जसलाई एउटै परिभाषाले सबै विषयवस्तु र साधनाहरूलाई समेट्न सकिदैन् । धार्मिक आध्यात्मिकता भनेको आत्माको चेतना, भावतीत र उच्चतम सत्यलाई बुझ्नु हो । तर धर्म निरपेक्ष व्यक्ति चाहिँ मानवीय गुणहरूलाई सर्वोच्च लक्ष्य मान्दछन् । उनीहरु सच्चा प्रेम, मैत्री, सहनशीलता, परोपकार, क्षमाशीलता र सामाजिक मेलमिलापलाई बढी प्रकाश पार्छन् । धर्म निरपेक्ष व्यक्तिहरू कुनै खास भगवानप्रति विश्वास नराख्ने भएकाले उनीहरूको उद्देश्य व्यक्तिगत गुणहरूलाई प्रवर्द्धन गर्नमै सीमित छ ।

धार्मिक आध्यात्मिकताका अनुसार यो एउटा यस्तो प्रक्रिया हो जहाँ व्यक्तिको मन आत्मासँग जोडिन्छ । यो मुक्तिको मार्ग हो । यसले मनलाई बुझ्ने, स्वतन्त्र छाड्ने, र पुन नियन्त्रण गर्ने विधि प्रयोग गरी मनलाई तालिम दिइन्छ । एकाइसौं शताब्दीमा आध्यात्मिकताको क्षेत्र पनि विस्तार हुँदै गएको छ, यसलाई मनोविज्ञान, स्वास्थ्य, शिक्षा, राजनीति, कला र अर्थशास्त्रमा सफल रूपले प्रयोग गरिएको छ । यसै परिप्रेक्ष्यमा यसलाई मानवीय क्षमता र कार्यहरूको योग भन्न सकिन्छ ।

यो आत्मचेतना, भावतीत, सहयोग, विवेकता, सिर्जशीलता, बौद्धिक, सामाजिक, राजनीतिक र आध्यात्मिक क्षमताको योग हो(थोमस, २०००)। आध्यात्मिकताको उद्देश्य मन मस्तिष्कमा शान्ति र आनन्दलाई दिगो बनाई राख्नु नै हो ।

"आध्यात्मिकता मानवताका ती गुणहरू हुनः सच्चा प्रेम, मैत्री, धैर्यता, सहनशीलता, क्षमाशीलता, आनन्द, दायित्वको बोध र मेलमिलापको बोध । यिनले अरुलाई र स्वयं आफूलाई खुशी बनाउँछन् ।" - दलाई लामा

"आध्यात्मिकता जीवनको यस्तो बाटो हो, जहाँ व्यक्ति आफू आत्मासँग अथवा अरु नै कुनै अदृश्य शक्तिसँग जोडिएको अनुभूति गर्छ, जीवनको अर्थ खोज्छ, आफूभन्दा बाहेक वा आत्मामा पनि भवातीत पाउँछ, ऊ हरेक दिनका सुख र दुःखहरूबाट टाढा रहन्छ ।" - वेदर्श र अरु (२०१५)

"अध्यात्म भनेको आत्मा सम्बन्धी अध्ययन, अनुसन्धान र साधना हो ।"
- हिन्दू जन जागृति समिति

वैदिक सनातन धर्मका अनुसार आध्यत्मिक भनेको 'उत्कृष्ट भावातीत' अवस्था हो । यसले आत्माका तीनवटा गुणहरूलाई प्रकाश पार्छ, सत्, चित्त र आनन्द । जसलाई छोटकरीमा सत्चिदानन्द भन्दछौ । जसको अर्थ हो अन्तिम सत्य, पूर्ण चेतना वा माथिल्लो स्तरको चेतना र परमानन्द । यस्तो अवस्था हो जहाँ मन माथिल्लो सत्य अथवा पूर्णव्रह्ममा रहन्छ, पूर्ण चेतनामा (full consciousness) रहन्छ र परम आनन्दको अनुभूति गर्दछ ।

दलाई लामा आध्यात्मिक नेता भए पनि उनको परिभाषाले धर्म निरपेक्षले गरे जस्तै व्यक्तिगत गुणहरू बारे प्रकाश पारेका छन् । वेदर्शको परिभाषा बृहत् छ यसले अध्यात्मका तीन आयामहरूलाई (भावातीत, आत्मासँग जोडिनु र जीवनको अर्थ खोज्नु) समेटेको छ ।

धार्मिक-आध्यात्मिकताले परमेश्वर एउटा मात्र हुनुहुन्छ भन्ने विश्वास गर्दछ । वहाँलाई हामीले जे नामले सम्बोधन गरे पनि हुन्छ । वहाँ सबै धर्म र सम्प्रदायका साझा हुनुहुन्छ । ठाउँ, काल, परिस्थिति

अनुसार फरक फरक भाषामा फरक फरक नामले चिनिनुहुन्छ । कसैले 'अल्लाह', कसले 'परमेश्वर', कसैले 'परब्रह्म, कसैले सदाशिव भनेर सम्बोधन गर्नुहुन्छ । वहाँ सर्वव्यापी हुनुहुन्छ, अनादि हुनुहुन्छ र अनन्त हुनुहुन्छ । हामीले धार्मिक आस्थाका बीचमा पाएको फरक भनेको केवल व्याख्या र विश्लेषण मात्र हो । सबै धर्म र सम्प्रदायका मौलिक कुराहरू एउटै छन् ।

सिधा अर्थमा आध्यात्मिकता भन्नाले आत्मासम्बन्धी अध्ययन र साधना भन्ने बुझिन्छ । आध्यात्मिकताले शरीर, मन र आत्माबीचको सम्बन्ध बारे अध्ययन गर्दछ । आध्यात्मिकता सबै धर्म र विश्वासहरूको साझा स्रोत हो । विशेष , मान्यता र विश्वासका कारण धर्महरूबीच फरकपन देखिन्छ तर मूल सार सबैको एउटै हो र साझा लक्ष्य पनि एउटै हो । तर धार्मिक नेता, गुरु, धर्मदूत र ऋषिहरूले आ-आफ्नो धर्म, सम्प्रदायमा बढी मानिस आकर्षण गर्ने अभिप्रायले फरक देखाउने कोशिस गर्नु भएको मात्र हो ।

भगवान एक मात्र हुनुहुन्छ, जे नामले पुकारे पनि वहाँलाई नै सम्बोधन भएको हुन्छ । सर्वशक्तिवान, परमपिता वा परमात्मा जे भने पनि वहाँ नै हो । वहाँको नाम विभिन्न भाषामा फरक फरक हुन सक्छ कसैले वहाँलाई अल्लाह भन्नुहुन्छ, कसैले परमपिता वा परमात्मा वा परब्रह्म भन्नुहुन्छ । यसमा कुनै भिन्नता छैन । केवल व्याख्यामा मात्र फरक छ । सबै धर्महरूका आधारभूत कुराहरू एउटै हुन् । यसै विषयमा मुसलमानहरूको एउटा कथा '*चार मानिसहरू*' मेरो सम्झनामा आयो । पर्सियनले अंगुर मन पराउछन् तर अरविकहरू अंगुर मन पराउँदैनन् वरु 'इनाव' मन पराउँछन् । टर्कीका मानिसहरू 'इनाम' मन पराउँदैनन् वरु 'उजुम' मन पराउँछन् । ग्रीसका निवासीहरू 'उजुम' मन पराउँदैनन् बरु 'स्टाफिल' मन पराउँछन् । एउटा व्यक्तिले आफ्नो भाषामा मात्र उक्त फलको नाम जानेको हुन्छ । सबैले मन पराउने फल आफ्नो भाषामा मात्र जानेको हुन्छ । यथार्थमा सबैले मन पराउने फल एउटै "झुप्पे अंगुर" नै हो । 'अंगुर', 'इनाव', 'स्टाफिल' 'उजुम' विभिन्न भाषामा अंगुर कै नाम हुन् । यी चार व्यक्तिहरूले चार धर्महरूको प्रतिनिधित्व गर्छन् र अंगुरले आत्माको प्रतिनिधित्व गर्छ । चार धर्मका

नेताहरू आ-आफ्नै भाषामा अंगुर मन पराउँछन् । किनकि अर्को भाषा वहाँहरूलाई थाहा नै छैन । ज्ञान त्यो हो जसले अंगुर र 'इनाव' एउटै हो भन्छ ।

वास्तवमा धर्म एउटै हो, चाहे त्यो सनातन होस् वा इसाई, इस्लाम वा बुद्ध । सार तत्वमा कुनै अन्तर छैन केवल रूपमा मात्र अन्तर छ । धर्मदूत, धार्मिक नेता तथा महर्षीहरू र विद्वान्का व्याख्याले मात्र भाव फरक पारिदिएका हुन । सबै धर्मका आधारभूत कुराहरू उही नै हुन् तर धर्मका व्यापारी र धार्मिक नेताहरूले अफ्नो धर्म सम्प्रदायलाई अरु भन्दा राम्रो देखाउन र बढी व्यक्तिलाई आकर्षित गर्न फरक देखाउने कसरत गर्नु भएको हो । धार्मिक नेता र विद्वान्, ऋषिगणबाट व्याख्या गर्ने कौशलले आफ्नो धर्म सम्प्रदाय अरु भन्दा माथि छ र अरु भन्दा राम्रो छ भनी प्रमाणित गर्ने प्रयास गर्नु भएको छ । वास्तवमा सबै धर्महरू उत्कृष्ट छन्, कुनै माथि कुनै तल भन्ने कुरा नै आउँदैन ।

कुनै धर्म पनि तल छैन् सबै एउटै उचाईमा छन् । सबै धर्मको भित्री तत्वहरू एउटै हुन, मानिसको व्याख्या गर्ने क्षमताको कारणले मात्र फरक देखिएका हुन् । सबै मानिसलाई समान व्यवहार गर्नु नै भगवानको साझा सन्देश हो । जब भगवान एउटै हुनुहुन्छ भने ठूलो र सानो भन्ने कुरा नै आउँदैन । मेरो अध्ययनमा आधारभूत अध्यात्मशास्त्रमा शरीर, मन र आत्माको विषयमा कुनै अन्तर छैन । मानव मस्तिष्कमा शान्ति र खुशी छाउनु नै सबै धर्महरूको लक्ष्य हो । सबैको अन्तिम गन्तव्य स्थान पनि एउटै हो । कसैले यसलाई प्याराडाइज भन्छन् भने कसैले हेभेन(स्वर्ग),परमधाम वा ब्रह्मलोक भन्दछन् । जसले जे भने पनि त्यो एउटै ठाउँ हो । यदि मेरो इस्लामिक साथीलाई अल्लाहमा भक्ति गर्दा, क्रिस्टियनलाई क्राइष्टमा भक्ति गर्दा र सनातनलाई सदाशिवमा भक्ति गर्दा आनन्द आउँछ भने किन टाउको दुखाउनु । आखिर जे नाम लिए पनि उनै परमेश्वर हुन् । मानव मस्तिष्कमा शान्ति र आनन्दलाई दिगो बनाई राख्नु नै अध्यात्मशास्त्रको लक्ष्य हो । अब रह्यो आत्मा बारे । आत्मा पनि एउटै हो । कसैले आत्मा निर्गुण, निराकार, सनातन र अनन्त छ, यसले शरीर परिवर्तन गर्छ भन्छन् (भगवत गीता) । कसैले आत्माले पनि अर्को शरीर धारण गर्न

भगवानको निर्देशन पर्खनु पर्छ भन्छन् (अहमद, २००५ क) । कोही भन्छन् सबै जीव र निर्जीव पदार्थहरू भगवानले सृष्टि गरेको हुन् । कोही भन्छन् सबै जीव र निर्जीव पदार्थमा भगवान हुन्छन् । कोही भन्छन् कुर्सी, टेवलहरू काठबाट बनेको हुन्छ । कोही कुर्सी र टेवलहरूमा काठ देख्छन् । फरक यति मात्र हो । मैले यी मान्यताहरूमा कुनै फरक पाउन सकिन । सबै प्राणीहरू भगवानबाटै सृष्टि भएकैले भगवानका कुनै न कुनै गुणहरू प्राणीहरूमा हुन्छन् । यसमा के को अन्तर ? भगवान बुद्धले भन्नु भएको छ सबै मानिसले सही मार्ग सही तरिकाले हिड्दै जाने हो भने सबैले निर्वाण प्राप्त गर्न सक्छन् । तर बाटो कठिन भएकाले थोरै मात्र यो कठीन मार्ग हिड्न तयार हुन्छन् र अति थोरैले अरहन्त वा वोधिसत्व प्राप्त गर्छन् र एक दुईले परिनिर्वाण । अरु शास्त्रमा अल्पविद्या भयङ्करी भन्छन् तर अध्यात्मज्ञान थोरै भए राम्रो । थोरै ज्ञानको अधिकतम प्रयोग र साधना अति राम्रो । थोरै ज्ञान भएकैले मैले विभिन्न धर्म र सम्प्रदायमा रहेर अध्यात्म ज्ञानको अनुभव गर्ने सुवर्ण मौका पाएँ । जसका कारण मैले सबै अभ्यासहरूमा एउटै आनन्द महशुस गरे । जसले अरु कुनै धर्म सम्प्रदायमा रहेर त्यो आनन्द महशुस गरेको छैन उसको लागि त्यो धर्म सम्प्रदाय विशेष नै अत्युत्तम लाग्नु स्वभाविक हो ।

सत्यज्ञान दिन धार्मिक आध्यात्मिकता अगाडि बढेको छ । सबै धर्महरूको आध्यात्मिक शिक्षा एउटै हो । केवल ब्राण्डेड धार्मिक नेताले आ-आफ्नो ब्रान्डलाई बढवा दिन कै लागि फरक व्याख्या गरेका हुन् । यिनीहरुले अरू ब्रान्डभन्दा फरक र उत्कृष्ट देखाउने प्रयास गरेका छन् । सबै धार्मिक आस्थाले आफ्नो आस्थालाई अरूभन्दा उच्च कोटीमा राख्छन् । वास्तवमा सबै धार्मिक आस्थाहरू नै उच्च कोटीका छन् । कुनै पनि धर्म सम्प्रदाय निम्न कोटीका छैनन्, सबै उच्च कोटिकै छन् । सबै धार्मिक आस्थाको उद्देश्य सबैलाई समान व्यवहार गर्न हो । कसरी एक मात्र परमेश्वरले अरूभन्दा आफू उच्च कोटिको हुँ भनेर दावा गर्नुहुन्छ ? जबकि भगवान एक मात्र हुनुहुन्छ ।

मैले कुनै पनि धार्मिक साहित्यमा शरीर, मन र आत्माको विषयमा तात्विक अन्तर पाइन । सबै धार्मिक आस्थाहरूको लक्ष्य भनेको मानिसको मनमा शान्ति र आनन्द ल्याउनु र यिनीहरूलाई दीगो

बनाइराख्न नै हो । आध्यात्मिकताको गन्तव्य पनि एउटै छ । कसैले यसलाई प्याराडाइज, कसैले स्वर्ग, ब्रह्मलोक वा परमधाम भन्दछन् । जे नाम दिए पनि त्यो एउटै ठाउँ हो । कसैले सर्वशक्तिमान भगवान भनेन भनेर टाउको दुखाउनु बेकार हो । मेरो मुसलमान साथीले अल्लाहप्रति समर्पण गर्दा शान्ति र आनन्द महशुस गर्नुहुन्छ, इसाई मित्रले येसुको नाम लिदा आनन्द मान्नुहुन्छ, र सनातन धर्मावलम्बीहरू सदाशिवको नाम लिदा शान्ति र आनन्द पाउँनुहुन्छ भने के विग्रियो ? जे नाम लिए पनि शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्न नै सबको लक्ष्य हो । नाममा अनावश्यक तर्क वितर्क गर्नु नै बेकार हो । हामी नाम र रूप मात्र समाउँछौ सार समाउँदैनौ भने शान्ति र आनन्द प्राप्त हुँदैन । जे नाम दिए पनि वहाँ सर्वशक्तिमान भगवान नै हो । नाममा किन गलफत्ति गर्नु । भगवान कहाँ पुग्ने बाटो पनि एउटै छ । भगवत गीतामा भने भैm साङ्ख्य र कर्म फरक बाटो भन्ने अज्ञ हुन विज्ञ होइनन् वास्तवमा कर्म वा ध्यान वा ज्ञान जुनबाटो गए पनि अन्तिममा एउटै गन्तव्यमा पुगिन्छ । कोही भन्छन् “आत्मा एक जीवबाट अर्को जीवमा प्रवेश गर्छ त्यसैले शाश्वत छ ।” अरू भन्छन् आत्मा शरीर मरेपछि परमात्मामा फर्कन्छ र अर्को जीवमा सर्नको लागि अल्लाहको निर्देशन पर्खेर बस्छ (अहमद,२००५क) । कोही भन्छन् सबै सजीव र निर्जीव वस्तुहरू भगवानले बनाएका हुन् । अरू भन्छन् सबै सजीव र निर्जीव वस्तुमा भगवान विद्यमान हुनुहुन्छ । कोही भन्छन् टेवल कुर्सीहरू काठबाट बनेका हुन् । अरू ती कुर्सी र टेवलमा काठ देख्छन् । के को फरक, कुर्सी टेवल काठबाटै बनेको हुनाले त्यसमा काठ देखिन्छ । भगवानले नै सबै जीवित प्राणीको सिर्जना गरेका हुनाले वहाँका केही न केही चरित्र सबै जीवमा थोर वहुत रूपमा पाइन्छ । सबै धार्मिक आस्थाका मानिस भन्छन् “भगवान मानिसभित्रै छ” । “स्वर्ग पनि मानिसभित्रै छ ।”

मैले आत्मिक विषयमा धार्मिक आस्थाहरूका बीचमा केही पनि अन्तर पाइन । मानिस भगवानले सिर्जना गर्नु भएकैले सबै मानिसमा थोर बहुत भगवानका चरित्रहरू विद्यमान हुन्छन् । भगवान बुद्ध भन्नुहुन्छ सही बाटो समातेमा र सही अभ्यास गरेमा सबै व्यक्तिहरूले निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दछन् । म आध्यात्मिक ज्ञानमा र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा अल्पज्ञ भएकै नाताले सबै धार्मिक आस्थाहरू र सम्प्रदायमा रहेर

आध्यात्मिक साधना र अभ्यासहरू गर्ने मौका पाएँ । विज्ञानमा अल्पज्ञान खतराजनक कुरा हो तर आध्यात्मिकतामा सापटी लिएको ज्ञान अल्पै भए पनि पुग्ने रहेछ । आध्यात्मिकता आँखाले पढने विषय होइन, यो त मन र हृदयले पढने हो । निकै साधना र अनुभव भएको तन मसँग थियो । अल्पज्ञान भएकै कारण सबै धार्मिक आस्थामा रही आध्यात्मिकताको अभ्यास गर्न पाउँदा मैले एउटै अनुभव गरे उही किसिमको शान्ति पाएँ । साझा बाटो पत्ता लगाउन सके । सायद विज्ञ भएको भए एउटा बाटो मात्र हिड्थे होला र अर्को बाटोलाई निषेध गर्थे होला ।

दलाई लामाका अनुसार सबै धार्मिक आस्था र सम्प्रदायले एउटै सन्देश दिन्छन, त्यो हो सच्चा प्रेम, दया र क्षमा, सहानुभूतिबाट शान्ति प्राप्त हुन्छ । तैपनि सबै धर्मका पैगम्वर वा दूतहरू र प्रतिनिधिहरू आ-आफ्नो धर्मबाटै विश्व शान्ति र खुशी सम्भव छ भनेर वकालत गर्नुहुन्छ । मेरो विचारमा विश्वशान्ति र खुशी धर्महरूप्रतिको पारस्परिक सम्मान, सहिष्णुता मार्फत् हाँसिल गर्न सकिन्छ । विश्वास छ भगवान सबै धार्मिक आस्था र सम्प्रदायका साझा हुन् । सबै धार्मिक आस्था र सम्प्रदायहरूको उँचाइ, चौडाइ र तौल समान छ । सबै मानव कल्याणका लागि उत्तिकै राम्रा छन् । हाम्रो स्वार्थी चाखका कारण मात्र हामी तिनीहरूलाई विभिन्न माध्यमद्वारा जवरजस्ती असमान बनाउन प्रयत्न गर्दछौं ।

धार्मिक विज्ञान सुरुमा सरल थियो तर यसलाई पनि आफ्नो उपभोग्य वस्तुको रूपमा प्रयोग गऱ्यौं । यसलाई गलत व्याख्या गरी जटिल बनायौं । प्रत्येक विश्वासका पाठहरू र शिक्षाहरू सुरुमा सरल र सिधा थिए । तर, हामीले जानीजानी तिनीहरूलाई टेडो मेडो र जटिल बनायौं । आध्यात्मिक सन्देशहरू सिधा र सरल बनाउनु पर्छ किनभने ती सन्देशहरू सोझा सिधा व्यक्तिहरू, गरिब, सीमान्तकृत वर्ग, अपाङ्ग र विधवाहरूका लागि नै हुन् । सबै धार्मिक आस्थाहरू शान्ति र आनन्द, प्राप्त गर्न कै लागि सिर्जना गरिएका हुन् । तिनीहरू एक अर्कालाई निषेध गर्न बनाइएका होइनन्, बरु एक अर्काका परिपूरकको रूपमा विकास गरिएका हुन् । बुद्धले शान्तिको सन्देश दिनु भएको छ । पैगम्वर महम्मदले दया र येसुले क्षमा र परोपकारको सन्देश दिनु भएको छ । वहाँहरू

सबैको हृदयमा उदारता थियो । वहाँहरुले हाम्रो मन र आत्मालाई शुद्ध गर्न उत्प्रेरणा दिनु भयो । वहाँहरू सबैले गरीब, अपाङ्ग, टुहुरा बालबालिका र विधवाको सेवालाई प्राथमिकतामा राख्नुभयो ।

वहाँहरूले मानिसहरूलाई आध्यात्मिक सुन्दरतातिर लैजानु भयो । त्यसैले वहाँहरू सबै उत्तिकै आदरणीय र अनुशरणीय हुनुहुन्छ । उनीहरू सबैको सन्देशबाट मात्र हामी भगवानको पूर्ण सन्देश बुझ्नसक्छौ.। यसै सम्बन्धमा म स्वामी विवेकानन्दको तलको उद्धवरण सम्झन्छु ।

> ‘‘मलाई हिन्दूप्रति दया लागेर आउँछ जसले येसु काइस्टमा सुन्दरता देख्दैनन् । मलाई क्रिस्टियनप्रति पनि दया लाग्छ जो हिन्दू क्राइष्टमा विश्वास राख्दैनन्” विवेकानन्द

म स्वामी विवेकानन्दको यो उद्धरणमा इस्लामी क्राइस्ट पनि थप गर्न चाहन्छु । मेरो विचारमा क्रिस्टियन क्राइस्ट, इस्लामी क्राइस्ट, हिन्दू क्राइन्ट र बुद्धिष्ट क्राइस्ट सबै उतिकै आदरणीय हुनुहुन्छ । वहाँहरू सबै ज्ञानका ज्योति हुनुहुन्छ । क्राइस्ट भनेको नै ज्ञानको ज्योति फिजाउने धर्मदूतहरू हुन् । येसु खीष्ट, मुहम्मद, बुद्ध सबैले जीवित प्राणीका हितमा सन्देशहरु दिनु भएको छ । वहाँहरूको सन्देश केवल मानवको लागि मात्र होइन, सबै जीवित प्राणीका लागि हो । हामी भगवानका शिक्षा र सन्देश वहाँहरू मार्फत् बुझ्न सक्छौं । त्यसैले सबै धर्मदूतहरू सबै आस्थामा उत्तिकै आदरणीय र अनुशरणीय हुनुहुन्छ । सबै धर्म र सम्प्रदायहरूलाई एकीकृत गर्न अहिले सम्भव छैन किनभने विश्वासका जराहरू धेरै तलसम्म पुगेकाले हलचल गराउनै सकिँदैन् । तर ती विश्वासहरु वीच समन्वय र सहकार्य गर्न भने सकिन्छ ।

साझा ज्ञान र विवेकद्वारा विश्वव्यापी धार्मिक वहुलवाद स्थापना गर्न सकिन्छ । अल्वर्ट आइस्टाइनले भनेको “विश्वब्यापी” धर्म भनेको पनि त्यही हो । “शान्तिपूर्वक आफू पनि बाचौं र अरूलाई पनि बाच्न दिऊ” भन्ने साझा मन्त्र हो । आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक वहुलवादले आध्यात्मिक वहुलवाद ल्याउन सघाउँछ । त्यस्तै आध्यात्मिक

वहुलवादले राजनीतिक र धार्मिक वहुलवादलाई बढवा दिन्छ । सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक वहुलवादले आध्यात्मिक आस्थाहरूलाई एउटै मञ्चमा ल्याउन सघाउँछ । आध्यात्मिक वहुलवादलाई बढवा दिएमा “विश्वबन्धुत्व” र “भातृत्व” को भावनालाई व्यवहारमा उतार्न मद्दत मिल्छ । यसै सम्बन्धमा मेरो भित्री हदयले भन्दछ “आफूले सम्मान प्राप्त गर्न अरूलाई सम्मान दिनु होला ।” यदि त्यसो गर्न सकिएन भने कृपया अरूको आलोचना नगर्नु होस् ।” “कसैलाई पनि हानि नगर्ने सिद्धान्त” नै सबैको साझा सन्देश हुनसक्छ । इस्लामका अनुसार कसैलाई पनि जिब्रोले र हातले हानि गर्नु हुँदैन (खान, १९९७) । यसको मतलव कुनै पनि मुसलमानले नराम्रो बोलीले र कार्यले अरूलाई हानि गर्नु हुँदैन । हात र जिब्रो सुरक्षित हुनुपर्छ । यसै सम्बन्धमा इसाईहरूको एउटा सन्देश छ “तपाईको विश्वासी छिमेकीलाई हानि हुने कुनै पनि योजना नबनाउनु होस्” (उखान ३:२९, बाइबल) । बुद्धधर्ममा शीलको पालना गर्नु पनि हानि नगर्ने सिद्धान्त नै हो । त्यसैगरी सनातन धर्ममा कसैलाई हानि गर्नु पापपूर्ण काम हो । यसै कारण “कसैलाई हानि नगर्नु” सबैको साझा मन्त्र हो । यसले “वसुदैव कुटुम्बकम” लाई बढवा दिन्छ । अर्को मन्त्र “अरूहरूको विषयमा सोच विचार गर्नुहोस्” । यदि हामीले अरू व्यक्तिहरू, अरूको धार्मिक विश्वास, आस्था, अरू जाति, अरू वर्ण, लिङ्ग, अरू जीवित प्राणी र अरू देशको विषयमा सकारात्मक रुपले सोच्यौं भने अरू आधा समस्याहरू आफै हल हुन पुग्छन् । यसको ठीक विपरित यो भौतिक अर्थशास्त्रले म, मेरो र मलाई भन्न सिकाएको छ । यो नै समस्याहरूको जरा हो । हामीले “बसुधैव कुटुम्बकम्” वा “विश्व भातृत्व” को भावनालाई बढवा दिनको लागि ‘म’, ‘मेरो’ र ‘मलाई’ भन्ने भावनालाई थिचेर र दबाएर नै राख्नुपर्छ । यसबाट मनमा दिगो शान्ति र आनन्द प्राप्त हुन्छ । यसले धार्मिक आस्थाहरू बीच एकता कायम राख्छ । यसले अद्वैतवादतिर लैजान्छ, जुन स्वामी विवेकानन्द र अरु धैरैले धेरै दशक अगाडि स्पष्ट दृष्टिकोण बनाउनु भएको थियो । सरलता तेस्रो मन्त्र हुन सक्छ । हामी जटिल भयौ भने समस्या आउँछ, सरल भयौ भने समस्या आफै समाधान हुन्छ । अध्यात्मिक ज्ञान, ध्यान, र दानमा सरलता हुन अत्यावश्यक छ ।

अरूलाई आलोचना वा गाली गर्ने वा पाप लाग्ने कार्य म आफू गर्दिन र अरू सबै विद्वानहरूलाई पनि यस्तो कार्य नगर्न अपिल गर्दछु । मैले यो किताब लेख्ने सिलसिलामा दर्जनौं किताबहरू पढ्ने अवसर पाएँ । म ती आधुनिक ऋृषिहरूप्रति दुःखित छु जो अरूको आस्था विरुद्ध धेरै आरोप प्रत्यारोप लगाउनु हुन्छ तर आफ्नो धार्मिक आस्थाका विषयमा थोरै मात्र प्रकाश पार्नुहुन्छ । वहाँहरूले अरू आस्थाका विरुद्ध प्रमाण जुटाउन र तथ्य संकलन गर्न किताबका धेरै पानाहरू खर्च गर्नुभयो । वहाँहरूले सोही कार्यको लागि धेरै स्रोत साधनहरू र समय पनि खर्चनु भएको छ तर, वहाँहरू यसबाट प्राप्तहुने प्रतिक्रियाहरूलाई आँखा चिम्लिनु हुन्छ । म आध्यात्मिक गोरेटोमा हिडेको धेरै वर्ष त भएको छैन जति साधना र अभ्यास गरेँ, लेखहरू लेखे त्यसमा सबै आस्थाका राम्रा शिक्षा र सन्देशहरूलाई लिने गरेको छु । सबै आस्थाका सन्देशहरूलाई यो किताबमा उद्धरण गरेको छु र आस्थाहरूको बीचमा पुल बाँध्ने प्रयास गरेको छु । धार्मिक वहुलवादले आपसी सद्भाव बढाउँछ । प्राचीन इतिहास पढ्दा थाहा हुन्छ सबै आस्थाका मानिसहरू धेरै लामो समयसम्म शान्तिपूर्ण रूपले मिलेर बसेका थिएँ । यसै पृष्ठभूमिमा हाम्रो भूमिका भनेको प्रेम, शान्ति, र मेलमिलापलाई बढवा दिनु हो । यदि हाम्रो सेवा कमजोर वर्गमा पुग्यो भने भगवान प्रसन्न हुनुहुन्छ ।

मैले अर्थशास्त्रका विचार, सिद्धान्त र औजारलाई अध्यात्मशास्त्रमा प्रयोग गर्न जमर्को गरेको छु । धेरै मित्रहरूले अध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा नवीनतम सिद्धान्ततहरू प्रतिपादन गर्न कठीन छ, यस्तो प्रयास नगर्नुहोस भनी सुझाव पनि दिनु भएको पनि हो । अर्थशास्त्रीय सिद्धान्त र औजारलाई अध्यात्मशास्त्रमा प्रयोग झन नै जटील छ । यसबाट गलत सन्देश जान्छ भनेर मेरा मित्रहरूले यसो नगर्न सल्लाह दिएका पनि हुन् । यो कठीन कार्य हो तर पनि यो पुण्यकर्म भएकाले प्रयोग गर्न तम्सिएँ । सबै व्यक्तिहरू मनमा शान्ति र आनन्द चाहानुहुन्छ तर शान्ति र आनन्द ल्याउने बुद्धिमतापूर्ण ज्ञान प्राप्त गर्ने कार्य गर्नुहुन्न । तव शान्ति र आनन्द कसरी सम्भव हुन्छ ? हामी आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन नै नगरी आध्यात्मिक ज्योति चाहान्छौं । हामी ज्ञान नबढाई वा सूक्ष्मज्ञान उत्पादन नै नगरी ज्ञानको प्रकाश खोज्दछौं । आध्यात्मिक प्रज्ञा (Wisdom), ज्ञान, र ऊर्जा बिना माथिका

चाहनाहरू परिपूर्ति हुन सक्दैनन् । त्यसैले आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको क्षेत्रमा उत्पादन कार्य ज्यादै महत्वपूर्ण छ । सबै आध्यात्मिक क्रियाकलापहरूले असमान आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्दछन् । जुनसुकै ल्पान्टबाट आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गरे ता पनि ऊर्जाको चरीत्र एउटै हुन्छ । चाहे त्यो पानीबाट, हावाबाट, सौर्यबाट र आणविक भट्टीबाटै किन ननिकालेको होस् सबै विद्युतीय ऊर्जाको चरित्र एउटै हुन्छ । विद्युतीय ऊर्जाले प्रकाश उत्पादन गर्छ, जसले अन्धकारलाई हटाई दिन्छ । त्यसरी नै आध्यात्मिक ऊर्जाले अज्ञानता रूपी अन्धकारलाई हटाइ साँचो प्रेम, दया, क्षमा र सहानुभूतिका गुणहरु प्रदान गर्दछ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले यस्तो ऊर्जा उत्पादन गर्छ जसले मनमा र जीवात्मामा जम्मा भएका अपवित्रता (Impurities), र फोहरहरूलाई हटाई आध्यात्मिक प्रकाश छर्ने काम गर्दछ । चाहे त्यो ध्यानबाट उत्पादन भएको होस्, चाहे भक्तिबाट वा योगबाट वा प्रार्थनाबाट वा यज्ञबाट नै उत्पादन गरेको किन नहोस्,यसले मनमा र जीवात्मामा जम्मा भएका अपवित्रता, फोहर मैला हटाई शान्ति र आनन्द प्रदान गर्दछ ।

आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्ने प्लान्ट हाम्रो मनमस्तिष्क र हृदयमा अवस्थित छ, त्यसकारण यस्ता प्लान्टबाट उत्पादित ऊर्जाको परिमाण नाप्न कठिन छ । आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन वितरण र उपभोगसँग सम्बन्धित ज्ञानलाई अभिवृद्धि गर्नु नै आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको उद्देश्य हो । आध्यात्मिक ऊर्जाको स्रोत भनेको परमेश्वर नै हुन् । जसले योग, ध्यान, (भगवानलाई समर्पित गरी वा नगरी) र भक्ति गर्दछ वहाँलाई भगवानले आध्यात्मिक शक्ति प्रदान गर्नुहुन्छ । धर्म निरपेक्ष व्यक्तिहरू अदृश्य शक्तिको स्रोतबाट आध्यात्मिक शक्ति प्राप्त हुन्छ भन्ने मान्यता राख्छन् । भगवान बुद्धले ध्यान गर्दा कुनै भगवानमा समर्पन नगरी परिनिर्वाण प्राप्त गर्नुभयो । भौतिक र आध्यात्मिक शक्तिका बीच विपरीत सम्बन्ध छ वा उल्टो सम्बन्ध छ । कसैले पनि विरलै मात्र दुवै शक्ति एकै चोटी प्राप्त गर्न सक्दछ । जोसँग धेरै आध्यात्मिक शक्ति छ उसित ज्यादै थोरै मात्र भौतिक शक्ति हुन्छ । त्यस्तै जोसँग धेरै भौतिक वा पदार्थीय ऊर्जा छ उसँग थोरै मात्र आध्यात्मिक ऊर्जा हुन्छ । केही विद्वानहरूले यी दुई शक्तिहरूलाई सन्तुलित गर्न सिकाए पनि यथास्थितिमा सन्तुलन गर्न निकै कठीन छ

। बुझ्न के जरुरी छ भने भौतिक ऊर्जा आध्यात्मिक उद्देश्य प्राप्त गर्ने मध्यम हो । न्यूनतम भौतिक साधनहरू बाँच्नका लागि नभई नहुने कुरा हुन तर सबैको "न्यूनतम" को परिभाषा आ-आफ्नो छ । विलासिता पनि कसैको न्यूनतम मापदण्डमा पर्छ । जब व्यक्तिहरू भौतिक वस्तु र सेवाबाट अलग हुन्छन् तब आध्यात्मिक शक्तिले व्यक्तिहरूलाई नजिक तान्दछ । तब भगवानले ती व्यक्तिहरूका लागि आध्यात्मिक ऊर्जा सञ्चार गराउन स्वीच थिची दिनु हुन्छ । त्यसपछि त्यो आध्यात्मिक ऊर्जा विस्तारै व्यक्तिको मन मस्तिष्क र शरीरका अन्य भागमा सञ्चार हुन्छ ।

'भौतिक र आध्यात्मिक शक्ति दुवै भएको व्यक्ति मैल अहिलेसम्म भेटेको छैन । दुवै शक्ति एकै पटक एउटै व्यक्तिमा आउन सक्दैनन् त म भन्दिन तर पनि एकै पटक पाउन चाहिँ कठिन नै छ । जबसम्म हामी भौतिक पदार्थबाट छुटकारा लिदैनौ तबसम्म आध्यात्मिक शक्ति प्राप्त गर्न सक्दैनौं । अर्को शब्दमा जबसम्म भौतिक शक्तिबाट छुटकारा लिँदैनौ तबसम्म आध्यात्मिक शक्तिमा जोडिन सक्दैनौ । यस्तो दोहोरो सम्बन्धको कारणले दुई शक्तिका बीच प्रायः संघर्ष नै हुन्छ, तर सावधानीपूर्वक यिनीहरूलाई समन्वय गरेको खण्डमा अतिरिक्त शक्ति (Synergy) प्राप्त हुन्छ । यो नै आध्यात्मिक गुरु र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रीहरूको लागि चुनौति हो । सबै व्यक्तिसँग आध्यात्मिक ज्ञान र भौतिक वस्तुहरूको चाहना हुन्छन् । केही व्यक्तिहरूमा धेरै भौतिक वस्तुहरूको चाहना र थोरै आध्यात्मिक ज्ञानको चाहना हुन्छ, अरूमा धेरै आध्यात्मिक ज्ञान र थोरै मात्र भौतिक वस्तुको चाहना हुन्छ । जुन व्यक्तिहरूमा आध्यात्मिक ज्ञानको चाहना धेरै छ, उनीहरूलाई भगवानले तबसम्म आफूतिर तानीरहनु हुन्छ, जबसम्म ती व्यक्तिहरू भगवानसँग एकत्रित हुँदैनन् वा निर्वाण प्राप्त गर्दैनन् । सबै ऊर्जाहरू अदृश्य नै हुन्छन्, चाहे भौतिक (विद्युत) वा आध्यात्मिक (ध्यानबाट उत्पादित) ऊर्जा । यसै सन्दर्भमा आध्यात्मिक शक्ति सूक्ष्मवाट् (Micro wat) मेघावाट् (Mega wat) मा उत्पादन हुन्छ । सूक्ष्म शक्ति यस कारण हो कि यो एउटा व्यक्तिको मनमस्तिष्कमा ध्यान गर्दाको बखत उत्पादन हुन्छ । सबै व्यक्तिहरूले ध्यान गर्दा शरीरमा एक किसिमको कम्पन हुन्छ वा मस्तिष्कमा एक किसिमको विद्युतीय तरङ्गको अनुभव हुन्छ । यो बृहत्

शक्ति पनि हो किनकि सबै व्यक्तिको ध्यानबाट उत्पादित शक्तिलाई एककठ्ठा गर्ने र Synergy effect लाई पनि जोड्ने हो भने ठूलै शक्ति प्राप्त हुन्छ ।

प्रायः भौतिक र आध्यात्मिक चाहनाहरू परस्पर रूपमा अन्तरक्रिया गर्छन् । त्यसैले सुरुको आध्यात्मिक यात्रा कठीन नै हुन्छ । संक्रमणकालीन आध्यात्मिक अभ्यास कठीन हुन्छ किनकि पुराना हरू हराउँदै गएका हुन्छन्, तर नयाँ चाहिँ त्यति विकास भएका हुँदैनन् । आध्यात्मिक यात्राका क्रममा सुरुसुरुमा आन्तरिक घर्षण (Friction) को अनुभव हुन सक्छ । साथै डर लागेको अनुभव हुनसक्छ तर जब बाटो विस्तारै अगाडि बढ्छ यो क्रमश सजिलो र आरामदायी हुनेछ । भौतिक वस्तुको त्यागसँगै मानिस आध्यात्मिक शक्तिसँग जोडिन पुग्छ । उसले विस्तारै आनन्दको महशुस गर्छ । म दैनिक ध्यान गर्छु तर पनि मैले तेस्रो शिविरमा मात्र आनन्दको अनुभव गरे । यो भन्दा अगाडिको यात्राको बारेमा मसँग अनुभव छैन । त्यसकारण त्यो यात्राको बारेमा म वर्णन गर्न असमर्थ छु । पैगम्वर, धर्मदूत र ऋृषिहरूले अगाडिको यात्रा र परिनिर्वाण वा आत्म साक्षात्कारका बारेमा वर्णन गर्नु हुनेछ ।

प्रश्न उठछ यति कठीन बाटो हुँदाहुँदै पनि किन त मानिसहरू यो प्रेम र मैत्रीको कठीन बाटो हिड्छन् । माया झुटो हो तर पनि यो आश्चर्यको शक्ति हो, किनकि यसले दुई जनालाई नजिक ल्याउँछ र प्रिय बनाउँछ (एउर, १९८९) । शारीरिक प्रेम पनि झुटो हो तर पनि यसले केटा र केटीलाई नजिक ल्याउँछ । त्यसैले माया एउटा शक्ति हो । साँचो र पवित्र प्रेमले पनि शक्ति उत्पादन गर्छ र त्यो शक्तिले व्यक्तिलाई भगवानसँग जोड्छ । दया र मैत्रीले मानिसको व्यवहार परिवर्तन गरिदिन्छन् । त्यसैले दया र मैत्री ध्यानबाट प्राप्तहुने शक्ति आध्यात्मिक शक्ति हो । त्यही आध्यात्मिक शक्तिले मानिसलाई ठेल्दै र तान्दै भगवानतिरै लैजान्छ र वहांमै एकत्रित गराउँछ । हामी भगवानको नजिक गयौ भने भगवान पनि हामी नजिक आउनुहुन्छ । त्यसैले आध्यात्मिक प्रेम र मैत्री पनि ठूला शक्ति हुन् जसले व्यक्तिहरूलाई भगवानको नजिक पुर्‍याईदिन्छन् । यसै सम्बन्धमा स्वामी बोधानन्दले भन्नु भएको छ ।

"हामी बिजुलीलाई शक्ति मान्छौं । यद्दपि हामीलाई थाहा छैन बिजुली भनेको के हो ? भगवानले पनि मायालाई शक्तिको रूपमा स्वीकार्नु हुन्छ । परमात्मा एकबाट धेरै जीवात्मा बन्दछन् र पुनः धेरै जीवात्माहरू परमात्मा लिन हुन्छन् । त्यसैले साँचो माया/प्रेम अनन्त शक्ति हो, यही शक्तिका कारण मानिस भगवानकै रूपमा, ब्रह्माण्डको रूपमा र असल मानिस कै रूपमा परिवर्तन हुनसक्छन् ।" - बोधानन्द

आध्यात्मिक शक्ति विभिन्न उत्पादनका साधनहरू प्रयोग गरेर उत्पादन गर्न सक्छौं, ध्यान, योग, प्रार्थना, यज्ञ भक्ति आदि । यी सबै उत्पादन गर्ने प्लान्टबाट आध्यात्मिक शक्ति उत्पादन गरेर हाम्रो मन र हृदयमा भएको फोहर मैला अथवा अपवित्रता(Impurities) लाई नष्ट गर्न सक्दछौं । यिनीहरूले मानिसलाई पुण्यकर्म(Righteous deed) तर्फ लगाउँछन् र अन्त्यमा यो लोक र परलोकमा आनन्दको बाटो प्रदान गर्छन् ।

आध्यात्मिकताको अध्ययन र अनुसन्धानको क्रममा शरीरभित्रका सूक्ष्म चीजहरूलाई राम्ररी हेर्नु पर्छ । आध्यात्मिकताको अनुभव व्यक्ति व्यक्तिमा फरक-फरक हुन्छ । व्यक्तिको अभ्यासको स्तर र उसको मनमस्तिष्कमा जम्मा भएको अपवित्रता र फोहरको मात्राका आधारमा अनुभव पनि फरक फरक हुन्छ । शक्तिभित्रबाट उत्पन्न हुन्छ र विस्तारै बाहिर आउँछ । पहिला यसले व्यक्तिको मनलाई सफा गरिदिन्छ, त्यसपछि समाजको मनलाई पनि सफा गर्छ । अध्यात्मशास्त्रका धेरै गुरुहरू हुनुहुन्छ वहाँहरूले सही बाटो मात्र देखाउन सक्नुहुन्छ । तर अन्तिम गन्तव्यमा पुग्नका लागि हामी आफैले त्यो बाटो हिड्नु पर्छ । त्यहाँ पुग्न कुनै यतायातका साधनहरू पाइँदैन ।

यात्राको सुख दुःख अनुभव आफैंले गर्ने हो । आध्यात्मिक क्षेत्रमा अरूबाट प्राप्त ज्ञान थोरै मात्र उपयोगी हुन्छ । ध्यान, योग, भक्ति, अरूलाई सन्देश दिने कुरा होइनन् । आध्यात्मिक ज्ञान सिकाइबाट प्राप्त हुँदैन । यो आफ्नै अनुभवबाट प्राप्त हुन्छ । जसले स्याउ खाएकै छैन, उसलाई स्याउको स्वाद कस्तो भनेर बताउने ? स्याउको स्वाद जान्नका

लागि स्याउ नै खानु पर्छ, अरूको कुरा सुनेर स्याउको स्वाद थाहा हुँदैन । आध्यात्मिकताका कुरामा पनि यही लागु हुन्छ ।

आध्यात्मिकता बुझ्नको लागि आफैंले ध्यान, भक्ति, योगजस्ता अभ्यासहरू गर्नुपर्छ । अनुभव गरेको प्रज्ञा र ज्ञान अरुबाट प्राप्त गरेको ज्ञानभन्दा राम्रो हो, त्यसैले यसलाई वास्तविक ज्ञान (Real knowledge) भनिएको हो (मुण्डका उपनिषद १:५)। धेरै युवाहरूको भनाई यो छ कि आध्यात्मिकता बुढेसकालमा मात्र काम लाग्ने कुरा हो किनकि यसले परलोकमा मात्र फल दिन्छ । वहाँहरूले यो बिर्सिनु भयो कि यसले यही लोकमा हामीलाई सबभन्दा बढी फाइदा दिन्छ, आध्यात्मिक उपचार तथा मानवीय सन्देशहरूले यस लोकमा नै असल मानव जीवन जीउन मद्दत गर्छन् । शान्ति र आनन्द प्राप्ति अर्को लोकमा मात्र होइन यही लोकमा बढी चाहिन्छ, तसर्थ यो सबैको साझा सरोकारको विषय हो । सत्चिदानन्द अथवा सत् चित्त सहितको आनन्द वा आत्मासाक्षातकार हुँदाको आनन्द सर्वोत्कृष्ट आनन्द हो ।

आत्मा भनेकै सत्चिदानन्द हो र यो भनेकै सर्वोकृष्ट आनन्द हो । अझ आध्यात्मिक ज्ञानले सबै जीवित प्राणीलाई फाइदा दिन्छ यो मानव मात्रका लागि मात्र होइन अरु प्राणीका लागि पनि हो । तर पनि यसले मानवलाई नै धेरै फाइदा दिन्छ किनकि उसित इच्छा र इच्छापूर्ति गर्ने साधन दुवै छन् । आध्यात्मिकताको अभ्यासका साथ काम गर्दा ध्यान केन्द्रित हुन्छ, पेशागत काममा दक्षता अभिवृद्धि गर्छ, उत्पादकत्व बढाउँछ र समग्रमा असल मानव बनाउँछ,जसले यो समाजलाई नै परिवर्तन गरिदिन्छ । त्यस अर्थमा यसले भौतिक अर्थशास्त्रको पुरकको काम गर्छ ।

माथि व्याख्या गरेअनुसार आध्यात्मिकता भनेको एउटा यस्तो प्रक्रिया हो जसले शरीर मन र आत्मालाई जोड्छ । यसको मुख्य स्रोत भनेको अथर्व वेद हो, जसलाई “ब्रह्मवेद” अथवा आध्यात्मिक ज्ञानको वेद पनि भन्दछन् (अथर्ववेद १५.६.८) । जहाँ १९० पंक्तिहरूले आध्यात्मिकताको विषयमा वर्णन गर्दछन् । सामान्य व्यक्तिहरूलाई बुझाउनका लागि मुण्डका, माण्डुक्य र प्रश्न उपनिषदहरूमा अझ

विस्तारमा व्याख्या गरिएको छ । ती उपनिषदहरूले शरीर, मन र आत्माका विषयमा बुझ्न सहयोग पुऱ्याउछन् (फोर्वस, २०१२) । तर अनुभव प्राप्त ज्ञान वेद भन्दा पनि उच्च कोटीको ज्ञान हो । वेदलाई तीन भागमा विभाजन गरिएको छः कर्मकाण्ड, उपासना, र ज्ञानकाण्ड । कर्मकाण्ड, औपचारिक संस्कार र अनुष्ठानसँग सम्बन्धित छ । उपासना आराधना र यज्ञसँग सम्बन्धित छ । ज्ञानकाण्डले ज्ञान र प्रज्ञासँग सम्बन्धित कुराहरू प्रकाश पार्दछ । वास्तवमा आध्यात्मिकता भनेकै प्रज्ञासँग सम्बन्धित वेदहरूको अध्ययन हो । कर्मकाण्ड भनेको मानिसको खुट्टा हो, उपासनाकाण्ड हृदय र ज्ञानकाण्ड चाहिँ मस्तिष्क वा टाउको हो (शिवानन्द, २००८) । माथि व्याख्या गरे जस्तैः आध्यात्मिकता सम्बन्धी विषयहरू वेदका ज्ञानकाण्डमा संक्षिप्तमा र उपनिषदहरूमा सविस्तार वर्णन गरिएको छन् ।

व्यक्तिहरू कर्मकाण्ड र आध्यात्मिकलाई जानी नजानी बहुअर्थी अथवा एउटै अर्थ दिने दुई शब्दका रूपमा प्रयोग गर्छन् तर यिनीहरू पूर्णतः फरक-फरक कुरा हुन् । आध्यात्मिकता कर्मकाण्ड र धार्मिक आस्थाभन्दा माथि छ । कर्मकाण्ड भन्नाले नित्यकर्म, संस्कार, धार्मिक अनुष्ठान र धार्मिक समारोहहरू बुझाउँछ । यस्ता क्रियाकलाप मन्दिर अथवा घरमा आयोजना गरिन्छन् । यस्ता क्रियाकलापहरू धार्मिक विधि र नियमानुसार गरिन्छन् । यी क्रियाकलाप तालिकाबद्ध रूपमा सम्पन्न गरिन्छन् जस्तो कि विहानको पूजा पाठ वा अनुष्ठान । यस्ता क्रियाकलापहरू सुस्वास्थ्य, संम्मृद्धि र सम्पन्नताका लागि गरिन्छन् । यी सबै फल प्राप्तका लागि सम्पन्न गरिन्छन् । यिनीहरू कामनाका साथ सम्पन्न गरिन्छन् र इन्द्रिय सन्तुष्ट पार्न कै लागि गरिन्छन् । तसर्थ यी सबै भौतिक अर्थशास्त्र अन्तर्गत नै पर्दछन् । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रसँग यसको कुनै साइनो छैन । मानिसहरू कामना, वासना, वरदान र भाकलका साथ भगवानको आराधना, पूजा तथा यज्ञहरू गर्दछन् । जुन भौतिक अर्थशास्त्र अन्तर्गत नै पर्दछन् । आध्यात्मिक अर्थशास्त्र त ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन र वितरणसँग सम्बन्धित छ ।

सनातन धर्ममा यस्ता धेरै कथाहरू छन्, जसमा व्यक्तिहरू कामना सहित भगवानको आराधना गर्दछन् र भगवान सन्तुष्ट भई

भक्तलाई वरदान दिनुहुन्छ । अधिकांश कर्मकाण्ड फल प्राप्तिका लागि गरिएको हुन्छ । तर कहिलेकाँही फलको आशा नगरि असल कर्मसाथ यज्ञहरू पनि गर्ने गरिन्छ ।

वास्तवमा आध्यात्मिकता माथिका क्रियाकलापभन्दा विलकुलै फरक अभ्यासहरूको समूह हो । यसले मन र आत्माबीचको सम्बन्धलाई बुझ्न सहयोग गर्दछ । यसले शरीर, मन र आत्मालाई जोड्न विशेष रूपमा व्याख्या गर्दछ । यो यस्तो बाटो हो, जसले व्यक्तिलाई मुक्तितर्फ डोऱ्याउँछ । वास्तवमा उपनिषद्, त्रिपिटिक, बाइबल र कुरानहरूमा तात्विक अन्तर छैन । यिनीहरूका सन्देशहरू एउटै छन् किनभने यी सबैको स्रोत भनेको आध्यात्मिकता नै हो । त्यसैले यिनीहरूमा धेरै साझा सन्देशहरू पाउन सकिन्छ । वास्तवमा ध्यान नै आध्यात्मिकताको मेरुदण्ड हो । यो मनको विज्ञान हो (म्याक ग्रेगर, २०१५) । यो यस्तो शक्ति हो, जसले मन र जीवात्मामा भएका फोहरहरूलाई डढाउँछ । यसको धर्म, जाति, लिङ्ग, राष्ट्रियतासँग कुनै सम्बन्ध छैन । यसको देवत्वसँग कुनै सम्बन्ध छैन । धर्म निरपेक्ष व्यक्तिहरू पनि समान रूपले आध्यात्मिक अभ्यासहरू गर्दछन् । दुई फरक फरक आस्था राख्ने व्यक्तिहरू पनि सँगसँगै आध्यात्मिक अभ्यास गर्दछन । यसले सच्चा प्रेम, शान्ति, आनन्द र सच्चा समृद्धि बढाउँदै मुक्तितर्फ डोऱ्याउँछ ।

जो आफ्नो भित्री आत्मालाई मान्छ तर पनि कुनै धर्ममा आस्था नराख्ने, संस्कार अनुसरण नगर्ने व्यक्ति पनि आफूलाई आध्यात्मिक भन्न रुचाउँछन् । वहाँहरू आफूभन्दा माथि केही छ भन्ने मान्नुहुन्छ । आध्यात्मिकतामा महत्वपूर्ण कुरा के हो भने, उसले आफूभित्रको शक्ति चिन्छ र मानव कल्याणका लागि प्रयोग गर्छ । कसैले निर्वाण वा आत्मा साक्षात्कारसम्म जोडछन् भने कसैले मानव कल्याणमै सीमित गर्दछन् । फरक यति मात्र हो । आध्यात्मिकताको उद्देश्य मनमा दिगोशान्ति र आनन्द प्राप्तगर्नु नै हो । यसै सन्दर्भमा अन्तिम लक्ष्य भनेको मुक्ति अथवा सकारात्मक वा नकारात्मक सोचाई, अनुभूति र कार्यहरूबाट स्वतन्त्र रहनु हो । यसैलाई निर्वाण वा आत्मा साक्षात्कार समेत भन्ने गरिन्छ ।

१.३ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको धारणा

माथि छलफल गरेअनुसार आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले मानिसका व्यवहारहरूको अध्ययन गर्दछ र शरीर, मन र आत्माबीचको अन्तरसम्बन्धलाई व्याख्या गर्दछ । श्रीमद्भगवत गीतामा श्रीकृष्ण र अर्जुनको सम्वादद्वारा शरीर, मन र आत्माबीचको सम्बन्धलाई व्याख्या गरिएको छ । त्यही सम्वादमार्फत्, सर्वसाधारण व्यक्तिहरुलाई जगाउनका लागि शरीर, मन र आत्माबारे ज्ञान प्रदान गरिएको छ । त्यस्तै इसाईको बाइबलमा येसु र जोन, येसु र म्याथ्यु वीचको संम्वाद मार्फत् आध्यात्मिक ज्ञान प्रदान गरिएको छ । त्यस्तै बौद्धिक ज्ञान राजा जनक र अष्टावक्रको सम्वाद मार्फत् प्रदान गरिएको छ । अष्टावक्रको ज्ञानकै आधारमा राजा जनकले मुक्ति प्राप्त गर्नुभयो । त्यस्तै मुहम्मदले अल्लाहबाट प्राप्त सन्देशलाई सर्वसाधरणको हितका लागि कुरानमार्फत् सार्वजनिक गर्नु भएको छ । सबै क्रियाकलापहरूको उद्देश्य आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन गर्नु नै हो । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको उद्देश्य आध्यात्मिक ज्ञान (विद्या) को उत्पादन, वितरण र उपभोग नै हो । फलको आशा नगरी वा कामना नगरी पवित्रकर्म गर्नु सबै धर्महरूको साझा सन्देश हो । यस्तो क्रियाकलाप कर्मकाण्ड नै भए पनि यसले आध्यात्मिकताको लागि आधार तयार गर्छ र आध्यात्मिक सुन्दरतातिर डोऱ्याउँछ । त्यसैले कर्मकाण्ड एउटा सवारीसाधन हो, जसले व्यक्तिलाई आध्यात्मिकतामा पुऱ्याउँछ । आध्यात्मिकता पनि एउटा साधन नै हो जसले व्यक्तिलाई मुक्तिसम्म पुऱ्याउँछ । बुझ्न के जरुरी छ भने सम्पन्नताको लागि गरिने प्रार्थना कर्मकाण्डकै भाग हो । त्यसैले यस्ता प्रार्थना भौतिक अर्थशास्त्र अन्तर्गत पर्दछन् किनकि यसमा कामना छ र फलको आशा गाँसिएको छ ।

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले सीमित आयु र असीमित पुण्य कर्मका बीच मानिसका आध्यात्मिक व्यवहारको अध्ययन गर्दछ । मानिसले गर्नुपर्ने पुण्य कर्महरू अनगिन्ती छन्, तर हाम्रो आयु चाहिँ छोटो छ । सीमित समय कसरी आध्यात्मिक क्रियाकलापमा प्रयोग गर्न सकिन्छ यो नै यक्ष प्रश्न हो । आध्यात्मिकता द्वारा मानिसका इच्छा, आकांक्षाहरूलाई सीमित बनाइएको हुनाले आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा स्रोत र साधन प्रचुर मात्रामा उपलब्ध हुन्छ । त्यसैले भौतिक पदार्थको रोजाइले त्यति महत्व

राख्दैन । आध्यात्मिकता, भौतिक अर्थशास्त्रको विरुद्ध छैन वरु सीमित वस्तुहरू बाँच्नका लागि अत्यावश्यक हुन्छन् । वस्तुहरूले शरीर, मन र आत्माको सेवा पुऱ्याइरहेका हुन्छन् । त्यसैले उपनिषदमा "अन्नमय आत्मा" भनेर व्याख्या गरिएको छ । आध्यात्मिक ऊर्जा ज्ञान उत्पादन गर्ने साधन हो । उदाहरणका लागि ध्यानका समयमा प्राप्तहुने विद्युतीय कम्पन ऊर्जा हो, जसले ज्ञानतिर लैजान्छ (महाथेरा, १९८०) । भौतिक अर्थशास्त्रले आध्यात्मिक ज्ञान वा प्रज्ञा आर्जन गर्न अवरोध गर्दछ वा ज्ञानको घेरालाई साँगुरो बनाउँछ । त्यसले आत्मासाक्षात्कार गर्न गाह्रो पर्दछ । भौतिक अर्थशास्त्रले इन्द्रियहरू र हाडछालालाई मात्र सेवा गर्न सिकाउँछ । भौतिक अर्थशास्त्रमा कर्मको फल तुरुन्त प्राप्त हुन्छ, तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्र चिया बेच्ने मेसिन (Vending mechine) जस्तो होइन जहाँ रु. १०/- हाल्नासाथ तल एक कप चिया प्राप्त हुन्छ । प्रतिफलको आशा आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा गर्नु हुँदैन । तर पनि प्रतिफल प्राप्त त हुन्छ नै । प्रतिफल कहिले प्राप्त हुन्छ त्यो भविष्यवाणी गर्न सकिँदैन । त्यही अनिश्चित प्रतिफलका कारण धेरै मानिसहरू आध्यात्मिक अर्थशास्त्रतर्फ लागेका छैनन् । आध्यात्मिकतामा धैर्यता लिन सक्नुपर्छ । कहिलेकाहिँ प्रतिफल अर्को जन्ममा मात्र प्राप्त हुन्छ ।

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको प्राथमिक उद्देश्य भनेको वस्तुको इच्छालाई सीमित गरी आध्यात्मिक इच्छाहरूलाई बढाउनु हो । यस्ता आध्यात्मिक इच्छा भनेको आध्यात्मिक धनको सञ्चय गर्नु, आध्यात्मिक पुँजीको विकास गर्नु र भगवानप्रति सच्चा प्रेम गर्नु नै हो (परमानन्द, १९१९) । धर्म निरपेक्षहरू गरीवप्रतिको सच्चा प्रेमलाई नै भगवानप्रतिको प्रेमको रूपमा लिन्छन् । अध्यात्थिमक अर्थशास्त्रको लक्ष्य मनमा दिगो शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु हो । वस्तुवादी चाहनाले द्वन्द्व सिर्जना गर्छ, नैतिकतामा ह्रास गराउँछ र अन्त्यमा अन्तिम गन्तव्य पुग्ने बाटो बन्द गरिदिन्छ । त्यसैले वस्तुहरूको प्रयोग सीमित मात्रमा मात्र गर्नुपर्छ अथवा केवल प्रज्ञा र ज्ञान प्राप्त गर्ने आवश्यक पर्ने जति मात्र गर्नुपर्छ । भोकै र नाङ्गै बसेर ज्ञान प्राप्त हुँदैन । ज्ञान प्राप्त गर्नु नै आध्यात्मिक अभ्यासको माध्यमिक उद्देश्य हो । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले ज्ञानको उत्पादन, वितरण र उपभोग गर्न सिकाउँछ । त्यही ज्ञानले मानव मनमा शान्ति

र आनन्दको अनुभव हुन्छ । त्यसैले प्रज्ञा र ज्ञान शान्ति र आनन्द प्राप्तिको साधन हुन् ।

१.४ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको क्षेत्र

धेरै उदाहरण यस्ता छन्, जहाँ धार्मिक विधि कर्मकाण्ड र आध्यात्मिक ज्ञानसँगै जेलिएर रहेका हुन्छन् वा एक अर्कामा खप्टिएर रहेका हुन्छन् । त्यसैकारण यिनीहरूको सीमा छुट्याउन वा फरक देखाउन कठीन छ । दुवैको साझा उद्देश्य भनेको 'पुण्यकर्म' गर्नु नै हो । यदि कसैले विहानै उठेर प्रार्थना, पूजा पाठ गर्छ भने त्यो कर्मकाण्ड हो । यदि यही कुरा हृदय र मन सफा गर्न गरिन्छ भने त्यो आध्यात्मिक क्रियाकलाप हो । स्वस्थ र सम्पन्न हुने आशा साथ भगवानको पूजा र आराधना गर्नु कर्मकाण्ड हो । तर त्यही कार्य फलको आशा नगरी मन सफा गर्ने उद्देश्यका साथ सम्पन्न गर्नु आध्यात्मिक क्रियाकलाप हो । कुनै वरदानको आशा नगरी यज्ञ गर्नु उपासना भए पनि यसले आध्यात्मिकताको जग निर्माण गर्न सहयोग गर्छ । कर्मकाण्डले दानलाई बढवा दिन्छ जसले मन र आत्मालाई पूर्ण रूपमा सफा गरिदिन्छ, यसले दान दिने व्यक्तिको मन र आत्मा सफा गर्छ तसर्थ त्यो आध्यात्मिकता हो । जसले अरूलाई कल्याण होस् भनेर मात्र दान दिन्छ वा फलको आशाका साथ दान दिन्छ भने त्यो कर्मकाण्ड हुनजान्छ । त्यो पनि भौतिक अर्थशास्त्र अन्तर्गत नै पर्न आउँछ । धेरै जसो कर्मकाण्डहरू स्वार्थी इच्छाले कर्म सम्पन्न गर्छन जस्तो कि राम्रो जागिरको अवसर, अझ बढी धनदौलत, अझ राम्रो स्वास्थ्य र शिक्षाको कामना । तर तिनै क्रियाकलापहरू कुनै प्रतिफलको आशा नै नगरीकन गरिन्छन् भने तिनीहरू आध्यात्म उन्मुख क्रियाकलापहरू हुन्छन् । यदि तिनै कार्यहरू मन र आत्माका फोहरहरू हटाउने प्रयोजनले गरिन्छन् भने आध्यात्मिक हुन्छन् । योग र ध्यान आध्यात्मिक क्रियाकलापहरू हुन्, किनकि यिनीहरूले हाम्रो शरीर, मन र आत्मालाई एक आपसमा जोडछन् । यिनीहरूले मन र आत्मालाई पूर्ण रूपमा सफा बनाउँछन् । यिनीहरूले व्यक्ति मात्र नभई समाजलाई नै फाइदा पुऱ्याउने भएकाले सामाजिक-आध्यात्मिक वस्तु (Social-spritual goods) को रूपमा लिइन्छ ।

छोटकरीमाभन्दा कर्मकाण्ड र आध्यात्मिक कार्यहरू उद्देश्यका आधारमा छुट्याइन्छन् । जुन मन र आत्मालाई सफा गर्ने उद्देश्यका साथ गरिन्छन्, ती आध्यात्मिक हुन् । जुन वरदान पाउने, आशा र कामनाका साथ तालिकाबद्ध रुपमा गरिन्छन् भने ती कर्मकाण्डी क्रियाकलाप हुन जान्छन् । कर्मकाण्ड सम्बन्धित सबै कर्महरू भौतिक अर्थशास्त्रका विषय वस्तु हुन् ।

१.५ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको आधारभूत कुराहरू

शास्त्रीय अर्थशास्त्रको शुरुवात एड्म स्मिथले गर्नु भएको हो । वहाँले "अर्थशास्त्र भनेको धनको विज्ञान हो" भनेर परिभाषित गर्नु भएको छ । भौतिक अर्थशास्त्रले वस्तुवादी धन र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले आध्यात्मिक धनलाई नै अध्ययनको विषयवस्तु बनाएका छन् । यस अर्थमा अर्थशास्त्र भनेको त्यो ज्ञान हो जसले धनसम्बन्धी मानिसका व्यवहारको अध्ययन गर्दछ, त्यसैले एडम स्मिथले बनाउनु भएको परिभाषा आंशिक रूपमा आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा पनि मेल खान्छ । आध्यात्मिक धन बाहिरी आँखाले देख्न सकिँदैन यो हेर्न भित्री आँखा खोल्नु पर्छ वा तेस्रो आँखा खोल्नु पर्छ । आध्यात्मिक धनलाई सनातन र बुद्धधर्ममा पुण्यकर्म वा इसाई धर्ममा पवित्रकर्म (Righteous deed) भनिन्छ ।

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले जीवित प्राणी र निर्जीव वस्तुको कल्याणको लागि आध्यात्मिक शक्तिको उत्पादन, वितरण, र उपभोगको अध्ययन गर्दछ । त्यो आध्यात्मिक ऊर्जाले ज्ञानको उत्पादन र वितरण गर्दछ । त्यसैले अन्तिम उत्पादन भनेको आध्यात्मिक ज्ञान नै हो । त्यसैले आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले ज्ञानको उत्पादन, वितरण र उपभोगको अध्ययन गर्दछ । यसले असीमित स्रोत र सीमित इच्छाका बीच मानव व्यवहारहरूको अध्ययन गर्दछ । यसले आध्यात्मिक पूँजीको निर्माण र यसबाट प्राप्तहुने प्रवाह र त्यो प्रवाहले मानिस र अन्य जीवहरूमा पारेको असरहरूको समेत अध्ययन गर्दछ (वटरवर्थ, २००१)

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले पूँजी र यसको प्रवाह यो लोक र परलोकमा कसरी सिर्जना र उपयोग गरिन्छ भन्ने विषयवस्तुलाई समेत

समेट्छ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा वस्तुको उपलब्धता प्रचुर मात्रामा भएको विश्वास र इच्छा सीमित बनाइएकाले रोजाइले त्यति महत्व राख्दैन वरु सेवा उत्पादन गर्ने प्लान्टको रोजाइ महत्वपूर्ण हुन्छ । वस्तुवादी अर्थशास्त्रमा वस्तुको , माग र आपूर्तिबाट तय हुन्छ । तर आध्यात्मिक को तय मानिसभित्र रहेको धनात्मक (दयाशीलता, सहानुभूति, परोपकारी, र क्षमासिलता आदि) र ऋणात्मक (इर्ष्या, लोभ, मोह आदि) बलहरूबाट निर्धारण हुन्छ । जति धेरै मनमा फोहर (Impurities) हुन्छ, त्यतिनै बढी साधकले ती फोहरहरूलाई हटाउन अभ्यास गर्छ । त्यसबाट बढी आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन हुन्छ ।

भौतिक अर्थशास्त्रमा इच्छा असीमित र स्रोत साधन सीमित भएकै कारण रोजाइ मुख्य विषय बन्न पुगेको छ । तर, आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा हरेक स्रोतलाई भगवानबाट प्राप्त उपहारको रूपमा लिइन्छ । यो प्रचुरमात्रमा उपलब्ध छ भन्ने मान्यता राख्छ । भगवानले प्रचुर स्रोत हामीलाई दिनुभएको छ । यस अर्थमा यो भौतिक अर्थशास्त्रको ठीक विपरीत छ । अहिलेको वस्तुवादी दुनियाँमा मानिस बढी भन्दा बढी वस्तु र सेवाको उपभोग र कम मात्र आध्यात्मिक ज्ञानको इच्छा गर्दछन् तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा व्यक्तिहरू धेरै आध्यात्मिक र कम वस्तुहरूको इच्छा राख्दछन् । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रका क्रियाकलापहरूलाई दुई भागमा विभाजन गरिन्छ (१) आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा (२) विश्व ब्रह्माण्ड सम्बन्धी ज्ञान । पहिलो ज्ञान नै आध्यात्मिक चेतनाको लागि बढी लाभदायक भएकाले ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन, वितरण र उपभोग नै आध्यात्मिक अर्थशास्त्रका अध्ययनको विषयवस्तु हुन् । उदाहरणको लागि पवित्र कुरानमा प्रज्ञालाई तीन भागमा विभाजन गरिएको छ; अल्लाहमा भक्ति, दर्जामा फरकपन र शक्तिमा फरकपन (अहमद, २००५) । अल्लाहमा भक्ति भनेको आध्यात्मिक ज्ञान हो । शक्तिमा फरकपन भनेकै आध्यात्मिक ऊर्जाको ज्ञान हो । बाइबल, धम्मपद र भगवत गीता सबैले ज्ञान र प्रज्ञालाई नै विषयवस्तु बनाएका छन् । परमेश्वरले सबै व्यक्तिलाई बिना भेदभाव ज्ञान र प्रज्ञा प्रदान गर्नु भएको छ (क्रोनिकल १:१२, बाइबल) । हरेक व्यक्तिको हृदयमा परमेश्वरले ज्ञान र प्रज्ञा रोपी दिनु भएको छ, त्यही ज्ञान र प्रज्ञाले जे आदेश दिन्छ सोही अनुसार व्यक्तिहरू कार्य गर्दछन् (बाइबल, ३१:७) । भगवान बुद्धले चाहिँ

त्यही ज्ञान र प्रज्ञा ध्यान मार्फत् सबैलाई सिकाउनु भएको छ (पावर्स, १९९५) । कृष्णले कर्मयोग, ज्ञानयोग र भक्तियोग मार्फत् सिकाउनु भएको छ (प्रभुपाद, १९७३) ।

> "आत्मासँग अनन्त स्रोत छ जुन मानव कल्याणका लागि आर्शिवाद हो ।" - मेरी वेकर इडी

व्यक्तिले आफ्नो कार्यहरू भगवानका आदेशानुसार पुरा गर्दछन् । सबै स्रोत, चाहे त्यो वस्तुको रूपमा होस् चाहे ज्ञान वा प्रज्ञाको रूपमा होस् सबै भगवान प्रदत्त नै हुन । त्यसैले स्रोतको उपलब्धता आध्यात्मिकशास्त्रमा प्रचर मात्रामा छ । किनकि यसमा इच्छाहरूलाई नियन्त्रित गरिएका छन् । तर, पनि कर्मकाण्ड र ज्ञान वीचको रोजाइ महत्वपूर्ण हुन्छ । २४ घण्टामा कति समय हामी आत्मालाई बुझ्न, मनलाई तालिम दिन र स्वतन्त्र छोड्न खर्च गर्छौं ? मानिस अति कम समय मात्र आध्यात्मिक क्षेत्रमा लगाउछन् । आजकल व्यक्तिहरू बढी समय अझबढी दौलत र धन प्राप्तिको लागि कर्मकाण्डमा बिताउँछन्, राम्रो स्वास्थ्य, दौलत, धन, र राम्रो नाता जोड्ने कामनाका साथ सम्पन्न गरिन्छन् । त्यसैले ती सबै भौतिक अर्थशास्त्र अन्तर्गत नै पर्दछन् । अर्कोतिर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले शरीर, मन र आत्माको अन्तर सम्बन्धका बारेमा अध्ययन गर्छ र ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्दछ ।

भगवानले मानव हृदयमा किन असीमित इच्छाहरू रोपी दिनु भएको होला ? यो प्रश्न धेरै लामो समयदेखि अनुत्तरित रही आएको छ । यो प्रश्नको पूर्ण उत्तर दिन म परिपक्व भई सकेको छैन । तर पनि आंशिक उत्तर दिन प्रयास गर्छु । मेरो विचारमा भगवानले मानिसहरूलाई परीक्षण गर्नकै लागि असीमित इच्छाहरू मानव हृदयमा रोपी दिनु भएको हो । उदाहरणको लागि उपनिषद्का नचिकेता र बाइबलका सोलोमनलाई लिन सकिन्छ । यी दुवैले भगवानसँग धन, दौलत, सुवास र शक्ति माग्न सक्नुहुन्थ्यो तर वहाँहरूले ज्ञान र प्रज्ञा नै रोज्नु भयो । वहाँहरू दुवै जना सचेत हुनुहुन्थ्यो कि धन दौलत, सुवास र शक्ति छोटो अवधिका लागि मात्र हुन । धन, सुवास र शक्ति समयसँग हराएर जान्छन् । यिनीहरूले आनन्द होइन क्षणिक खशी मात्र प्रदान गर्दछन् । त्यसैकारण वहाँहरूले

ज्ञान र प्रज्ञालाई रोज्नु भयो । वहाँहरू भगवानले लिनु भएको परीक्षामा सफल हुन भयो । त्यसैले परमेश्वर र यमराजले फरक फरक सन्दर्भमा ज्ञान र प्रज्ञा प्रदान गर्नु भयो (दोस्रो क्रोनिकल्स १:११-१२, बाइबल, कठोपनिषद १:१४-२०) । मैले नचिकेता र सोलोमन दुवैको तुलनात्मक अध्ययन गरे तर तात्विक रूपमा कुनै अन्तर पाउन सकिन । केवल नाम मात्र फरक छ । नचिकेता र सोलामन बीच कुनै अन्तर छैन किनभने यी दुवैको स्रोत अथाह आध्यात्मिक ज्ञान नै हो । जसले आध्यात्मिकता बुझ्छ, साधना गर्छ र आन्तरिकीकरण गर्छ उसले अन्त्यमा मुक्ति वा निर्वाण प्राप्त गर्दछ । सबै आस्थामा इन्द्रिय र मनलाई नियन्त्रण गर्न जरुरी छ । जसले आफ्नो शरीर, इन्द्रियहरू (कामनाहरू) र मनलाई नियन्त्रण गर्छ र आध्यात्मिक अभ्यास गर्छ भने उसले अन्त्यमा निर्वाण वा मुक्ति प्राप्त गर्छ नै (अष्टावक्र गीता १:२) । जसले नियन्त्रण गर्दैन ऊ इन्द्रियहरूको सेवामै जीवन व्यतित गर्छ र कामना पुरा गराउन नै जीवनको अन्त्यसम्म दौडिरहन्छ । वस्तुवादी मानिसहरू वस्तुको उपभोगमा धेरै समय तर ज्ञान हाँसिल गर्न थोरै समय खर्च गर्छन् । व्यक्तिको उमेर बढना साथ व्यक्तिको आध्यात्मिक इच्छा पनि क्रमशः बढ्छ । व्यक्ति भौतिक वस्तुबाट अलग हुने क्रमसँग आध्यात्मिक ज्ञान बढ्न थाल्छ । आध्यात्मिकताको धर्म, कर्मकाण्ड, राष्ट्रियता, जाति, र लिङ्गसँग कुनै सम्बन्ध छैन । यसले प्रज्ञासँग सम्बन्ध राख्दछ । भौतिक वा पदार्थीय ज्ञान अरूबाट सापट लिइन्छ तर आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा मानिसकोभित्रबाटै पलाएर आउँछ । त्यसैकारण आध्यात्मिक ज्ञान अनुभव पछि मात्र बाँड्न सकिन्छ । यो आर्जित ज्ञानभन्दा धेरै माथिल्लो स्तरको ज्ञान हो (मुण्डकोपनिषद, १:५) ।

१.६ भौतिक र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा फरक

धेरै अर्थमा जनावरहरू मानिसभन्दा उच्च कोटिको प्राणीको रूपमा चिनिन्छन्, किनकि उनीहरूले भविष्यका लागि संचित गर्दैनन् । मानिस नै यस्तो प्राणी हो जसले भविष्यका लागि आवश्यकभन्दा बढी वस्तु, पदार्थ वा धन संचित गर्छ । मानिस नत पूर्ण आध्यात्मिक नत पूर्ण भौतिक प्राणी हो । दुवै भौतिक र आध्यात्मिक इच्छाहरू मानिसको हृदयमा भगवानले रोपी दिनु भएको छ । मैले यस्ता महापुरुषहरू देखेको छु, जसले सम्पूर्ण धन सम्पत्ति त्यागेर संन्यास धारणा गरेका छन् वा

भिक्षू बनेका छन् तर पनि बाँच्नका लागि भौतिक वस्तुको माग गरिरहेका छन् । मैले ठूला व्यापारी तथा उद्योगपति पनि देखेको छु, जो मन र आत्माको अपवित्रता वा फोहरहरू हटाउन आध्यात्मिक शिविरमा आध्यात्मिक अभ्यास गर्न आएका छन् । त्यसैले कुनै न कुनै प्रकारको आध्यात्मिक इच्छा भौतिकवादी मानिसमा पनि हुन्छ नै । मैले राजमार्गका प्रसिद्ध डकैत र ज्यानमारा अंगुलीमाला र रत्नाकारका जीवनी पढ्ने मौका पाएँ । त्यस्ता हिंस्रक व्यक्तिहरू पनि क्रमशः अरहन्त र ऋषिमा परिणत भए (हाडी, १८५३, कुमारा श्री २००४, शिवानन्द, १९९९) । नेपालीमा एउटा उखान छ “जुनसुकै कालो वादलमा पनि चाँदीको घेरा हुन्छ ।” यस्ता धेरै उदाहरणहरू छन्, ‘अलाभक’ क्रुर राक्षस हुनुहुन्थ्यो जो मानिसको मासु खानु हुन्थ्यो, वहाँले पनि मांसाहारी बानी त्यागेर वहाँ पहिलो कोटीको भिक्षू हुनुभयो । अम्वापाली, असाध्यै सुख र सुविधा दिएर राखेकी वेश्याले पनि आफ्नो व्यवहार परिवर्तन गरी अरहन्त प्राप्त गर्नुभयो (महाथेरा, १९८०) । यी उदाहरणहरूले यो देखाएका छन् कि सबै व्यक्तिको हृदयमा भौतिक (वस्तुवादी) र आध्यात्मिक इच्छाहरू हुन्छन् । कसैसँग धेरै दयालु र सहयोगी इच्छा हुन्छन् भने कसैमा क्रुरता । जनावर इन्द्रिय इच्छा वा कामना पुरा गरेर खुशी हुन्छन्, तर व्यक्ति त ज्ञान वा प्रज्ञा प्राप्त गरेर खुशी हुनु पर्ने हो । व्यक्ति आफू खुशी हुन र भगवानलाई खुसी बनाउन आध्यात्मिक कर्म वा ध्यानमा लाग्नु पर्छ (विवेकानन्द, १९२०) । त्यसैले यो संसार परिवर्तन गर्नु र आफू र भगवानलाई खुशी राख्न ज्ञानको उत्पादन गर्नु नै आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको कार्य हो ।

जो भौतिक रुपमा धनी हुन चाहन्छन्, भौतिक अर्थशास्त्रको अनुशरण गर्छन, जो ज्ञानी हुन चाहन्छन्, उनीहरु आध्यात्मिक अर्थशास्त्रलाई पछ्याउँछन् । रोजाइ व्यक्तिमा निर्भर रहन्छ । धेरै व्यक्तिहरू मिश्रित बाटो हिडछन् । यसै सन्दर्भमा वैदिक सनातन धर्ममा जीवनलाई क्रमबद्ध रूपले अगाडि बढाइन्छ । उदाहरणको लागि जीवनलाई चार चरणमा बाँडिएको छ । तिनहरू ब्रह्मचर्य अवस्था, (विद्यार्थी अवस्था), गृहस्थ (जीविकोपार्जन) अथवा वानप्रस्थ (जंगल प्रस्थान) र सन्यास (तपस्या) अवस्था । विद्यार्थी अवस्थामा बाबुआमा वा शिक्षकले नै सबै चीजहरूको बन्दोबस्त मिलाएकाले भौतिक

अर्थशास्त्रसँग सम्बन्ध रहेन । भौतिक अर्थशास्त्र गृहस्थी अवस्थाबाट शुरु हुन्छ । तर पनि केही आध्यात्मिक क्रियाकलापहरू यही अवस्थामा गरिन्छन् । यसै अवस्थामा मानिस वस्तु र सेवाको उत्पादन र सीमित आध्यात्मिक क्रियाकलापहरूमा समेत तल्लिन हुन पुग्छ । यसबाट दुवै वस्तु र ज्ञानको इच्छा सन्तुष्ट हुन्छ ।

हरेक मानिसले आफ्नो जीवनमा पाँचवटा मध्ये एउटा बाटो रोज्नु पर्छ । (१) भौतिक बाटो (२) आध्यात्मिक बाटो (३) आध्यात्मिक र भौतिकको संमिश्रित बाटो (४) धेरै भौतिक र कम आध्यात्मिक मिश्रित बाटो (५) धेरै आध्यात्मिक र कम भौतिक मिश्रित बाटो । कसैले धेरै भौतिक र कम आध्यात्मिक मिस्रित बाटो रोज्छन् भने कसैले धेरै आध्यात्मिक र कम भौतिक उन्नतिको बाटो रोज्दछन् । आध्यात्मिक र भौतिकको ठीक संमिश्रण ज्यादै थोरैले मात्र रोज्दछन् । गृहस्थ अवस्थामा मानिस धेरै भौतिक र थोरै आध्यात्मिकको मिश्रित बाटो हिड्छन् । वानप्रस्थ अवस्थामा मानिस धेरै आध्यात्मिक र कम भौतिकको मिस्रित बाटो हिड्छन् भने पूर्ण आध्यात्मिक बाटो सन्यास अवस्थामा मात्र हिड्छन् (गान्धी, २०११, शर्मा, २००७) ।

बुद्धधर्ममा मन र आत्मालाई शुद्ध पार्न आवश्यक हुन्छ, त्यसैले धेरै आध्यात्मिक र कम भौतिक मिस्रित बाटो अनुशरण गर्दछन् । पाँच खम्बे इस्लाम धर्मले मिस्रित अर्थतन्त्रको वकालत गर्छ (कुरान सुरा अस-समस ९१:९-१०) । पवित्र बाइबलले पनि मिस्रित अर्थतन्त्रकै बाटो देखाएको छ (बाइबल कोरिनथिनस २:१०-१५) । तर पनि कुनै पनि आस्थामा यही बाटो मान्नै पर्छ भन्ने कडा नियम छैन ।

केही मानिसहरू वस्तु प्राप्तगर्दा खुशी हुन्छन् भने अरू प्रदानगर्दा वा अरूलाई दिँदा खुशी हुन्छन् । किन केही व्यक्तिहरू वस्तु लिन पाउँदा खुशी हुन्छन् ? किन कोही चाहिँ दिन पाउँदा खुशी हुन्छन् ? किनकि कसैलाई प्राप्त गर्दा खुशी बढ्छ भने कसैलाई दिँदा । प्राप्त हुँदा खुशी हुने व्यक्ति, इन्द्रियका कामना सन्तुष्ट हुँदा खुशीको अनुभूति (Utility) बढ्छ भने कसैको प्रदान गर्दा वा त्याग गर्दा खुशी (Utility) बढ्छ । इन्द्रियजनित कामना एकपछि अर्को गर्दै बढ्दै जान्छन् । एउटा

सन्तुष्ट भयो अर्को आउँछ त्यसलाई सन्तुष्ट पाऱ्यो तेस्रो, मृत्युसम्म यो क्रम जारी रहन्छ। त्यस्तै कामना लामो अवधिसम्म सन्तुष्ट गर्न सकिँदैन। यिनीहरूले हृदयमा लोभ बढाउँछन्। भौतिकवादी अवसर, वस्तु, सेवा, पैसा र प्रविधि पाउँदा मानिस खुशी हुन्छ तर बुझ्नु पर्ने कुरा के छ भने यौनइच्छा, धनइच्छा र सुवासको वा कृतिको इच्छा कहिल्यै पनि पुरा गर्न सकिँदैन। यिनीहरूले मन र आत्मालाई प्रदुषित गराउँछन्।

वस्तुका चाहनाले मानिसलाई मेसिन बनाएको छ। मेसिनसँग न शान्ति, न प्रेम, न सहानुभूति र दया हुन्छ। मानिस पनि वस्तुवादी सोचले मेसिन बन्न गएको छ। कहिलेकाहिँ त मानिस मेसिनभन्दा पनि खराब हुने गरेको छ। किनकि मेसिनले प्रतिक्रिया दिँदैन र तर मानिस चाहिनेभन्दा बढी प्रतिक्रिया दिन्छन्। मसिन चल्ने म्यादसम्म कुनै प्रतिक्रिया नजनाई चलिरहन्छ। धनी हुने चाहनाले मानिस मेसिनमा परिणत भयो। भौतिकवादी मान्छे चारैतिर पैसै पैसा देख्छ, सबै चीजलाई पैसै देख्छ, ज्ञानलाई पनि पैसै देख्छ। उसँग किन्ने, बेच्ने र नाफा कमाउने मात्र ज्ञान छ। एक पटक मैले आध्यात्मिक ज्ञानका कुरा मेरो व्यापारी साथीसँग सुनाएको थिएँ। वहाँले अभ्यास गर्ने मलाई समय छैन सीडि बजारबाट किनेर ल्याउन आफ्ना सहयोगीलाई आदेश दिनुभयो। उनीहरू नमरुन्जेल किन्ने र बेच्ने काममा नै व्यस्त हुन्छन् तर पनि कहिल्यै सन्तुष्ट हुँदैनन्। चाल्स एफ बुनिङ भन्नुहुन्छ "धनी व्यक्तिले सम्पूर्ण संसार किन्न सक्छ तर उसले साथी, चरित्र, मनको शान्ति, विवेक र अनन्त ज्ञान किन्न सक्दैन" (फाईसेन, २०१४)।

जीवनमा साथी, मित्र, छिमेकी ज्यादै उपयोगी कुरा हुन तर भौतिक अर्थशास्त्रले यी सबै कुराहरूलाई कुनै महत्व दिँदैन। एउटा यस्तो उखान छ "धन हराएमा केहि पनि हराउँदैन, स्वास्थ्य बिग्रिएमा (हराएमा) केही चीज हराउँछ तर जब चरित्र नै हराउँछ तब उसका सबै चीजहरू हराउँछन्।" भौतिक अर्थशास्त्र पनि उपयोगी कुरा हो तर सबै चीज पैसामा बिक्री गर्दा मानिससँग बाँकी कुरा केही नै हुँदैन। चरित्र भन्ने कुरा भौतिक अर्थशास्त्रमा हुँदैन। भौतिक अर्थशास्त्रमा राम्रो र नराम्रो क्रियाकलाप नै हुँदैनन् सबै क्रियाकलापहरू जसले नाफा आर्जन गर्छन् सबै नै राम्रा। नाफा नकमाउने सबै नराम्रा। धन कसरी कमाइयो

कसैले प्रश्न गर्दैन । धन पवित्र र हिंसात्मक क्रियाकलापबाट प्राप्त हुन्छ । पवित्र कर्मबाट नगन्य धन प्राप्त हुन्छ भने हिंसाबाट धेरै, त्यसैले भौतिक अर्थशास्त्रले हिंसा गर्न सिकाउँछ तर उ शान्ति खोज्छ । यो कसरी सम्भव हुन्छ ? हिंसाले प्रतिहिंसा वा थप हिंसा बढाउँछ । भौतिक अर्थशास्त्रमा दया र क्षमा भन्ने शब्दै हुँदैनन् । आफ्ना वस्तु र सेवाहरूको पहुँच बजारमा पुऱ्याउन र वस्तु र सेवाको प्रवर्द्धन गर्न प्रतिस्पर्धा हुन्छ । एउटा फर्मले बढीभन्दा बढी वस्तुहरू बेच्न अर्काको वस्तुहरूलाई रोक्न प्रत्यक्ष र परोक्ष हस्तक्षेप गर्छ । यस्तो प्रतिष्पर्धामा कहाँको मनमा शान्ति र आनन्द । ओशो (आचार्य रजनिस)ले वर्तमान प्रतिस्पर्धात्मक शिक्षा पद्दति माथि प्रश्न उठाएका छन् (ओशो, १९८५) । हामी प्रतिष्पर्धी गर्न लगाउँछौं अनि शान्ति खोज्दछौं । यस्तो प्रतिस्पर्धाबाट कहाँको शान्ति पाउने ? हामी कागतीको विरुवा रोप्छौं अनि आँपको फल खोज्दछौं । यो कसरी सम्भव हुन्छ ? एकजना धनाढ्य हुनुको मतलव अरू सय जना मानिसलाई गरीबीको रेखामुनि धकेल्नु हो । यस्तो दुष्मनी आर्थिक एवम् शैक्षिक प्रतिष्पर्धाबाट कहाँको शान्ति आउनु ? धर्म सम्प्रदाय बीचमा पनि आ-आफ्नो व्यापारिक ब्राण्डका आधारमा प्रतिष्पर्धा हुने गरेको छ । आफ्नै धर्म सम्प्रदायिक ब्राण्डलाई प्रवर्द्धन गर्न अरूको धार्मिक ब्राण्डमा जाइ लाग्छन् । सबै धर्म सम्प्रदाय व्यापारिक व्राण्ड (Trade Mark) वा सम्प्रदायिक चिह्नलाई प्रवर्द्धन गर्न लागि परेका छन् । आजभोली धर्म वा सम्प्रदाय पनि व्यापारिक वस्तु बन्न पुगेको छ । मेरो कसैप्रति पनि राग वा द्वेष छैन । सबै आस्थाहरू अनुकरणीय छन् । यदि शान्ति र आनन्द चाहने हो भने आर्थिक, सामाजिक, शैक्षिक र धार्मिक प्रतिष्पर्धामा कमी ल्याउनु पर्छ ।

विवेकानन्द भन्नुहुन्छ “प्रत्येक धर्मले यो दावी गर्छ कि यो धार्मिक सम्प्रदायले दिएका ज्ञानका सन्देशहरू सबैभन्दा राम्रा छन् किनकि यी ऋषिहरूले आफूले अनुभव र प्रयोग गरेर मात्र अरूलाई सिकाएका हुन् तर अरूले यस्तो गर्दैनन्” (विवेकानन्द, १९२०) । आचार्य रजनीशले पनि प्रज्ञा पहिला आफूले अनुभव गरेपछि मात्र अरुलाई सिकाउनु पर्छ भनेर प्रवचन दिनुहुन्छ । तर आजकल ज्ञानका उद्योग अरूबाट आर्जित खरिद गरिएका कच्चा ज्ञानकै आधारमा चलेका छन् । त्यसैले हिजो आज ज्ञानका उद्योगले पनि भौतिक अर्थशास्त्र नै

आत्मासात गरेको देखिन्छ। नयाँ किसिमको धार्मिक पूँजीवादको विकास भइरहेको छ जहाँ कुनै खास धार्मिक चिह्न (Religious trade mark) को खरिद र विक्रि हुन्छ। म कुनै पनि धार्मिक आस्थालाई आरोप प्रत्यारोप गर्न चाहन्न बरु सबैलाई प्रवर्द्धन गर्न प्रयत्न गर्दछु। किनकि यिनीहरूले एक अर्कालाई आवश्यकतानुसार परिपूरक वा थपथापको काम गर्दछन् । वस्तुपरक र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रका फरकहरू तलको तालिकामा संक्षिप्तमा दिइएको छ।

तालिका १: भौतिक र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रका फरकहरू

विषय	भौतिक अर्थशास्त्र	आध्यात्मिक अर्थशास्त्र
चाहनाः	असीमित चाहना	चाहनाहरू नियन्त्रित गरिन्छ र सीमित बनाइन्छ
अनुभूतिः	वस्तुको अभाव	प्रशस्त वा प्रचुर
स्रोत साधनः	प्रकृति प्रदत्त, सीमित र अभाव	ईश्वर प्रदत्त, प्रचुर मात्रामा छ
उद्देश्यः	क्षणिक खुशी प्राप्त गर्नु	दिगो शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु
लक्ष्यः	आर्थिक सम्पन्नता	आध्यात्मिक ज्ञानमा सम्पन्नता, अरहन्त, र आत्म साक्षात्कार
धनः	नासिने भौतिक धन	ननासिने आध्यात्मिक धन
पूँजीः	पूँजीबाट सीमित प्रवाह सीमित समयसम्म मात्र	असीमित प्रवाह परलोक सम्म
उत्पादनः	वस्तु र सेवाहरू	आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा
सोचाइ	म, मेरो, मलाई	अरू, विपन्न र रोगीहरूका लागि
नजिक हुनु वा मोह वा आशक्ति	भौतिक वस्तु भौतिक पूँजीप्रति मोह	मन र आत्मासम्बन्धी ज्ञान, आध्यात्मिक पूँजीप्रति मोह
आनन्द बढछः	वस्तु र सेवा अरूबाट लिँदा	ज्ञान र वस्तु अरूलाई दिँदा वा दान दिँदा
सुखः	क्षणिक सुख	अनन्त आनन्द
आशक्ति नहुनेः	आध्यात्मिक ज्ञान र पूँजी	भौतिक ज्ञान र पूँजी
:	मुद्रा/पैसा	आध्यात्मिक /अ-
गुण स्वभावः	लोभ, मोह, दोष र बदला	प्रेम, दया र क्षमाशीलता
फाइदा पुग्ने	यो लोकमा	यो लोक र परलोक सम्म
क्रियाकलापहरू गरिन्छन्	फलको आशा सहित सकाम कर्म।	फलको आशा नगरिकन निष्काम कर्म।

स्रोत : साहित्यहरूको समीक्षाबाट लेखकले तयार पारेको

चाहना: भौतिक अर्थशास्त्रमा इच्छा वा चाहनाहरू असीमित हुन्छन् । यिनीहरू अनियन्त्रित घोडा जस्तै वेगले चल्छन् । एउटा इच्छा पूर्ति हुनसाथ अर्को इच्छा पलाउँछ, त्यो पुरा गर्‍यो, तेस्रो इच्छा पलाउँछ, नमरुन्जेलसम्म नयाँ नयाँ इच्छाहरू पलाउँदै जान्छन् । भौतिक अर्थशास्त्रले इच्छालाई बढावा दिन्छ किनभने यसले भौतिक समृद्धितर्फ अगाडि बढाउँछ । तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा वस्तु र सेवाको इच्छालाई नियन्त्रण गरिन्छ र सीमित बनाइन्छ । वस्तु र ज्ञानको सही समिश्रण सहितको चाहना वा इच्छा प्रवर्द्धन गर्नु नै अहिलको चुनौति हो । दुवै इच्छाहरू उत्तिकै महत्वपूर्ण छन् । वस्तुको इच्छा बाँच्नकै लागि मात्र सीमित गरिनु राम्रो हो ।

उद्देश्यः भौतिक अर्थशास्त्रमा इच्छा वा कामना परिपूर्ति गरी वा इन्द्रियलाई सन्तुष्टि गरी खुशी प्राप्त गर्नु मूल उद्देश्य हो । तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा आत्मा र परमात्मालाई खुशी पार्नु नै मूल उद्देश्य हो । आत्मा र परमात्मा खुशी हुँदा व्यक्ति स्वतः खुशी र आनन्दित हुन्छ ।

भित्री अनुभूति: भौतिक अर्थशास्त्रमा वस्तु र सेवा बारे अभावको अनुभूति हुन्छ तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा वस्तु र सेवाको प्रचुरताको अनुभूति हुन्छ । आध्यात्मिकतामा इच्छालाई सीमित गरिन्छ तसर्थ वस्तुको रोजाइले त्यति महत्व राख्दैन । जसले आध्यात्मिक अभ्यास गर्छन् उनीहरूले भौतिक वस्तुको प्रचुरताको अनुभव गर्छन् ।

स्रोत साधन: स्रोत र साधन आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा प्रचुर वा असीमित छ भन्ने विश्वास छ किनकि स्रोत साधनहरू "भगवानले प्रदान गर्नु भएको उपहार हुन् ।" चाहिने भन्दा बढी सञ्चय गरेर र अन्यायपूर्ण र असमतापूर्ण वितरणले मात्र स्रोत साधनको कृत्रिम अभाव सिर्जना गरिएको हो ।

लक्ष्यः भौतिक अर्थशास्त्रको लक्ष्य क्षणिक खुशी हो । तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको लक्ष्य दिगो शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु हो; दिगो शान्ति र आनन्द परिनिर्वाण वा आत्मसाक्षात्कारबाट मात्र सम्भव छ । आध्यात्मिक

ज्ञान र प्रज्ञाबाट मात्र सम्भव छ । तसर्थ ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त गर्नु र प्रवर्द्धन गर्नु पनि आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको लक्ष्य हो ।

धनसम्पत्ति: भौतिक वस्तुले व्यक्तिलाई सन्तुष्टि दिन्छ । यसले व्यक्ति वा परिवारलाई प्रतिफलको प्रवाह बढाउँछ र अझ सम्पन्न बनाउँछ । भौतिक धन सम्पत्ति बजारमा ल्याएर किनबेच गर्न सकिन्छ, तर आध्यात्मिक धन सकिदैन । भौतिक धन सम्पत्ति नासवान छ, तर आध्यात्मिक धन अदृश्य छ, नासिदैन । आध्यात्मिक धनले यो लोक र परलोकमा शान्ति र खुशीको प्रवाह गर्छ । त्यसैले आध्यात्मिक धन भौतिक धनभन्दा कता हो कता राम्रो हो । यो पवित्र कर्महरूबाट जम्मा गर्न सकिन्छ ।

उत्पादन: भौतिक अर्थशास्त्रले भौतिक इच्छा परिपूर्ति गर्न वस्तु र सेवाको उत्पादन गर्छ भने आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्छ, जसले आफ्नो मन र परमात्मालाई सन्तुष्ट पार्दछ । यसले आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्छ जसले मानिसको हृदय र मनलाई प्रकाश दिन्छ । मन र हृदयमा भएका अपवित्रता वा फोहरहरूलाई हटाई दिन्छ ।

आनन्द: मानिस कसरी आनन्दपूर्वक वाच्न सक्छ भन्ने नै अर्थशास्त्रको प्रमुख प्रश्न हो । यही प्रश्न मैले मेरो साथीलाई सोधेको थिएँ । वहाँको उत्तर थियो "प्रशस्त स्रोत साधन होस् ती साधनको उपयोग गर्ने मौका वा अवसर प्राप्त होस्, केही साथीलाई र नातागोतालाई पनि दिन सकियोस, ऋण नलागोस मेरो लागि त्यही हो खुशी ।" सर्वसाधारण व्यक्तिको चाहना यिनै हुन । वस्तु र सेवा पाउँदा व्यक्ति खुशी हुन्छ तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा वस्तु र सेवा अरूलाई दिँदा वा दान दिँदा आनन्द आउँछ ।

ज्ञान र प्रज्ञा: प्राप्त गर्दा आध्यात्मिक व्यक्ति खुशी हुन्छ । उदाहरणका लागि नचिकेता आत्मा र परमात्माको ज्ञान पाउँदा खुशी हुनुभो तर भौतिक धन सम्पत्ति प्राप्त गर्ने सुवर्ण मौका छोडिदिनुभयो (कृष्णानन्द, १९८२) । एकजना व्यक्ति जब शरीर मन र आत्माको मेल लामो

समयसम्म हुन्छ तब उ खुशी हुन्छ । परमात्माले आध्यात्मिक शक्ति खन्याई दिनु हुन्छ वा जोडी दिनु हुन्छ, जसबाट त्यो शक्ति मन, हृदय र शरीरमा फैलन्छ र त्यही शक्तिले ज्ञानको दिशातिर डोऱ्याउँछ । यस्तो अभ्यास भगवनलाई समर्पण गरेर वा कुनै पनि भगवानलाई समर्पण नगरी पनि गर्न सकिन्छ, समर्पण गरी वा नगरी जसरी गरे पनि एउटै आनन्द प्राप्त गर्न सकिन्छ । यसबाट यो बुझिन्छ कि ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त भएपछि व्यक्ति आनन्दित हुन्छ चाहे भगवानलाई समर्पण गरेर होस् वा नगरिकनै(मुलर,१९७०) ।

वस्तुप्रतिको मोह र अमोहः भौतिक अर्थशास्त्रमा व्यक्ति मोहका कारण वस्तुसँग नजिकिन्छ तर आध्यात्मिक ज्ञानबाट टाढिन खोज्छ । तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा व्यक्ति आत्मा/परमात्मासँग वा ज्ञानसँग नजिकिन र वस्तुहरूबाट टाढिन खोज्छ । यस अर्थमा आध्यात्मिक अर्थशास्त्र भौतिक अर्थशास्त्रको ठीक उल्टो हुन्छ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा व्यक्ति आध्यात्मिक आनन्द र शान्तिसँग नजिकिन चाहान्छ भने भौतिकवादी वस्तुहरूसँग । पवित्र बाइबलमा येसु भन्नुहन्छ “एउटा व्यक्तिले दुईवटा मालिकहरूलाई सेवा गर्न सक्दैन या त उसले एउटालाई घृणा र अर्कोलाई प्रेम गर्नु पर्छ वा उ अर्कोलाई छाडेर एउटैमा समर्पित हुनुपर्छ । तपाईले भगवान र पैसा दुवैलाई सेवा गर्न सक्नु हुन्न’ (माथ्यु ६:२४, बाइबल) । यस्तै कुरा कुरानमा पनि उल्लेख गरिएको छ ।

शान्तिः भौतिक अर्थशास्त्रमा शान्ति टाढाको आशा हो । शान्ति भौतिक सम्पन्नताबाट प्राप्त हुँदैन । यो व्यक्तिको भित्रबाट पलाएर आउने कुरा हो । यो व्यक्तिको अनुभवको कुरा हो । माथि वर्णन गरेको प्रतिस्पर्धात्मक संयन्त्रबाट र हिंसात्मक व्यवहारबाट कसरी शान्ति प्राप्त हुन्छ ? मानिस पैसा कमाउन हिंसात्मक व्यवहार प्रदर्शन गर्छ । हिंसाबाट शान्ति पाउन सकिँदैन । यहाँ कामनाको परिपूर्ति र इन्द्रिय र हाडमासुले मागेका इच्छा सन्तुष्ट गर्नु नै ठूलो उपलब्धि ठानिन्छ । जहाँ सबै वस्तु, सेवा, ज्ञान, प्रज्ञा व्यापारिक वस्तु र सेवा हुन्छन् । शिक्षा, स्वास्थ्य, यौन, मित्रता र चरित्र सबै किनबेच गर्ने चीजमात्र भए भने शान्ति र आनन्द कहाँबाट आउँछ ? जहाँ तामसी भोजनले जीब्रोलाई सन्तुष्ट पार्छ, कृतिम सौन्दर्यले आखालाई सन्तुष्ट पार्छ, नक्कली अन्तरले नाकलाई र कामुक अनुभूतिले

मन र छालालाई सन्तोष पार्छ । जहाँ सारा क्रियाकलापहरू कामनाका साथ गरिन्छन् र इन्द्रिय सुखका लागि वा सुन्तष्टका लागि केन्द्रित रहन्छन् । अरबपतिहरूको मन मस्तिष्कमा सुत्ने बेलामा आँधीहरू आउने र जाने गर्छन् । वहाँहरू सुत्न कोशिस त गर्नुहुन्छ तर सक्नुहुन्न । शान्ति त वहाँहरू लागि टाडाको कुरा भए । धेरै अरबपतिहरू मध्य रातमा निन्द्रलाग्ने एउटा गोली खाएर सुत्नु हुन्छ । शान्ति किनेर ल्याउने कुरा होइन यो त अनुभव गर्ने कुरा हो । दुःखलाई मनबाट हटाएपछि मात्र शान्ति प्राप्त हुन्छ । कहिलेकाहिँ दुःखलाई इच्छाको रूपमा बुझिन्छ भने अरू बेला तीनवटा खराब नैतिक प्रदूषण (अकुशलमूल)को कारणले इच्छाहरू निम्त्याइन्छ । यी नैतिक प्रदूषण (लोभ, ब्देष र मोह)लाई मन र हृदयबाट हटाएपछि मात्र शान्ति प्राप्त हुन्छ । यिनै तीन दुःखका जरा वा कारक तत्वहरू हुन् । यी हटाउन बुद्धले देखाउनु भएको अष्टांङ्गमार्गको बाटोमा हिड्नु पर्छ । दिगो शान्ति तब आउँछ जब व्यक्तिले निर्वाण वा मुक्ति प्राप्त गर्छ ।

सर्वसाधारण व्यक्तिहरूका लागि निर्वाण वा मुक्ति प्राप्त गर्ने कुराहरू मृगतिष्णा हो । आध्यात्मिक लक्ष्य सबैले प्राप्त गर्ने किसिमको हुनुपर्छ । हुनतः भगवान बुद्धले भने झैं अष्टांङ्गमार्गको बाटो हिडेमा सबैले निर्वाण प्राप्त गर्दछन् तर यो त्यति सजिलो गन्तव्य होइन । सर्वसाधारणका लागि चाहिँ प्रज्ञा/ज्ञान नै सबैको साझा लक्ष्य हुनसक्छ । ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त भएपछि मनमा शान्ति र आनन्द आउँछ मेरो लागि चाहिँ अन्तिम लक्ष्य नै प्रज्ञा हो । मैले परिनिर्वाण सोचेको पनि छैन ।

माथि उल्लेख गरेअनुसार धनी व्यक्तिहरूको मनमा आँधि र तुफान आउँछ । शान्ति मनमा अड्न सक्दैन । एकजना धनी व्यक्तिले संसार नै किन्न सक्छ तर उसले शान्ति, दया र मित्रता किन्न सक्दैन । एउटा उखान छ “धनी व्यक्तिले आफ्नो सबै हृदयलाई बेचेर संसार किन्छ ।” संसार किन्नु भनेको अर्को अर्थमा हृदय गुमाउनु हो । धेरै धनीमानी व्यक्तिमा आध्यात्मिक ज्ञान नगन्य हुन्छ र अभ्यास त हुँदै हुँदैन भने पनि हुन्छ । त्यसैले एउटा कहावत छ “धनी व्यक्तिहरू आध्यात्मिक हिसावले गरिब हुन्छन् ।” सामान्य हिसावमा गरिबहरू आध्यात्मिक रूपले धनी हुन्छन् । त्यसैले धेरै यूरोपियन र अमेरिकीहरू

भौतिक रूपले धनी छन् तर उनीहरू खुशी छैनन् । धनबाट आनन्द प्रवाह हुँदैन । आनन्द त आध्यात्मिक ज्ञानबाट प्राप्त हुन्छ । त्यसैले नचिकेता (सनातन धर्ममा) र सोलोमन (इसाइ तथा यहुदी धर्ममा) ले धन दौलतको बदला परमेश्वरसँग प्रज्ञा र ज्ञान माग्नु भयो । नचिकेतालाई सन्तुष्ट बनाउन यमराजले धेरै ठूलो धन सम्पत्ति, गाईवस्तु, सुन, हात्तीहरू दिने प्रतिज्ञा गर्नुभयो तर वहाँले ती सबै वहिष्कार गर्नुभो । नचिकेताले भन्नुभयो "धन सम्पत्ति घोडा, हात्ती, सुन गाईवस्तु सबै क्षणिक खुशी दिने वस्तु हुन । तिनीहरूले हाम्रो इन्द्रियजन्य चेतनालाई मात्र सन्तोष दिन्छन् । ती वस्तुको उपभोगले हामी बूढो र कमजोर मात्र हुन्छौं । दीर्घजीवन पनि प्रज्ञाको अगाडि केही पनि होइन ।" वहाँले प्रष्ट पार्दै भन्नु भयो तिनीहरू केहीवेर रथ आरोहण गरे जस्तै, कुमारी कन्यासंग समय विताएको जस्तै र रमाइलो क्रियाकलाप जस्तै हुन जसले क्षणिक मात्र खुशी दिन्छन् । "कृपया ती चीज मलाई चाहिँदैन्, फिर्ता लैजानु होस् ।" नचिकेताले भन्नुभयो । यो सुनेर यमराजले नचिकेतालाई परीक्षामा पास गरिदिनु भयो त्यसपछि यमराजले वहाँलाई शरीर, आत्मा र मोक्ष्य बारे व्याख्या गरिदिनु भयो । त्यसैलाई हामी प्रज्ञा भनेर बुझ्दछौं (कठोपनिषद २:४) । यमले भन्नुहुन्छ शरीर भनेको बग्गी हो, आत्मा चाहिँ वग्गीको मालिक हो, प्रज्ञा ड्राइभर हो र मन चाहिँ चक्का हुन । इन्द्रिय चाहनाहरू घोडाहरू हुन् । इन्द्रियहरू बाटा हुन् ।

जब आत्मा, शरीर, मन एकजुट हुन्छन् तब प्राज्ञिक आनन्द प्राप्त हुन्छ (कठोपनिषद ३:३-४) । छान्दोग्य उपनिषदमा राजा प्रवाहनले गौतमलाई गोप्य ज्ञानको बारेमा बताउनु भयो जसलाई हामी "पंचाग्गी" ज्ञान भनेर बुझ्दछौं । पंचाग्गी विधा भनेकै मोक्षको बाटो हो (कृष्णानन्द, १९८४) । त्यस्तै गरी बाइबलमा राजा सोलोमनको कथा छ, जहाँ ईश्वरले सोलोमनलाई के माग्ने इच्छा छ मागभन्दा सोलोमनले दीर्घायु, धन सम्पत्ति, शक्ति माग्न सक्नुहुन्थ्यो तर वहाँले भगवानसँग प्रज्ञा माग्नु भयो । वहाँले ईश्वरसँग प्रभू मलाई राम्रो नराम्रो छुट्याउन सक्ने हृदय दिनुहोस् भनी माग गर्न हुन्छ र सोहीअनुसारको प्रज्ञा ईश्वरबाट प्राप्त हुन्छ (१ राजा ३:९, बाइबल) । दुवै नचिकेता र सोलोमन भौतिक सम्पत्ति धन दौलतबाट अलग रहनु भयो त्यसैले प्रज्ञा प्राप्त गर्नुभयो । इसाई, बुद्ध र सनातन धर्ममा प्रज्ञाको विषयमा केही पनि फरक कुरा छैनन् ।

नाम मात्रै फरक छन् । इस्लामका अनुसार धनी हुनु भएको धेरै धन दौलत र वस्तुहरू हुनु होइन, तर ज्ञान र प्रज्ञामा धनी हुनु हो (सत्य धन), शरीर, मन, आत्मा बुझ्न सक्ने ज्ञानको धनी नै वास्तविक धनी हुन् (पिकेन, २०११) । अर्को शब्दमा भौतिक धन होइन आध्यात्मिक धन नै वास्तविक धन हो । साराशंमा आध्यात्मिक धन भौतिक धनभन्दा कता हो कता उच्च छ किनकि यो नासवान छैन र अनन्त कालसम्म रही रहन्छ ।

भौतिक अर्थशास्त्रमा पैसासँग व्यक्तिको व्यवहार परिवर्तन गर्ने शक्ति हुन्छ तर प्रज्ञा (विधा) सँग सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड नै परिवर्तन गर्ने शक्ति हुन्छ । यदि पैसासँग शक्ति भएको भए जोन वुड, जो माइक्रोसफ्ट कम्पनीको प्रमुख कार्यकारी हुनुहुन्थ्यो वहाँ कम्पनीको जागिर छोडेर गरिब बच्चाको सेवा गर्न जानुहुन्थ्यो ? वहाँले आफूले कमाएको धन किताब नभै पढ्न नपाएका प्राथमिक विद्यालयका विद्यार्थीको सहयोगको लागि खर्चिनु भयो । भौतिक अर्थशास्त्रले व्यक्तिलाई पनि वस्तु झै गरी व्यवहार गर्छ र केवल आफ्ना इच्छालाई परिपूर्ति गर्ने साधनको रूपमै लिन्छ । पैसाले मानिसलाई प्रयोग गर्छ न कि मान्छेले पैसालाई । व्यक्ति मृत्यको मुखमा पुगिन्जेलसम्म पैसाकै पछि लाग्छ । उत्पादनको क्रममा मानिस वस्तुझै प्रयोग हुन्छ । म विश्वास गर्छु कि मानिस न त पूर्ण भौतिक न त पूर्ण आध्यात्मिक जीव हो । बरु यी दुवैको समिश्रण हो । वास्तवमा भौतिक वस्तुहरू आध्यात्मिक उद्देश्य पूर्ति गर्ने साधन हुन् ।

"प्रज्ञा पहिला शुद्ध हुनुपर्छ, शान्तिमय हुनुपर्छ, भद्र हुनुपर्छ, खुल्ला हुनुपर्छ, दयाले परिपूर्ण हुनुपर्छ, असल फल दिने हुनुपर्छ, निष्पक्ष र इमान्दर हुनुपर्छ" (जम्स् ३:१५-१८ बाइबल) ।

"स्वर्गको राज्यमा भगवानको आर्शिवाद गरिबलाई छ । त्यो के राम्रो कुरा हो जसले पुरै संसार प्राप्त गर्‍यो । तर पूर्ण आत्मा नै गुमायो ।" (लुका १६:१९-३१, बाइबल)

इस्लामले यो सिकाउँछ, भौतिक वस्तुहरू उमेर र स्वस्थ्य भइन्जेल मात्र काम लाग्छन् । जब मानिस विरामी र बुढो हुन्छ त्यो

बेला धन काम लाग्दैन । मेरो एउटा साथी हुनुहुन्थ्यो । जो असाध्य लोभी हुनुहुन्थ्यो । वहाँले एक दशकसम्म आफ्नो पटुका कस्सेर बाँधेर बैंकमा धेरै पेसा जम्मा गर्नुभयो । वहाँले धेरै खेतवारी जोड्नु भयो, डेरी फर्म खोल्नुभो । तर दान दिने काम गर्नु भएन, जकात पनि तिर्नु भएन, कुनै सामाजिक संस्थागत योगदान पनि गर्नु भएन । चालिसै वर्षमा वहाँलाई डाइवेटिज, उच्च रक्तचाप र युरिक एसिडले समात्यो । चिकित्सकले वहाँको आफ्नै खेतमा फलेको वास्मति चामलको भात खान दिएनन्, आफ्नै डेरी फार्ममा बनाएको घ्यू पनि खान दिएनन् । वहाँ १० वर्षसम्म दिनमा दुईवटा सुख्खा रोटी खाएर बाच्नु भयो र रगतमा चीनिको मात्र कम भै वेहोस भएर मर्नु भयो । वहाँले आफ्नो धन दान गर्ने मौकै पाउनु भएन । त्यसैले भौतिक वस्तुहरू जीवनको केही समयसम्म मात्र उपयोगी हुन्छ । तर अल्लाहको नाममा जम्मा गर्नु भएको भए यो जन्म र अर्को जन्ममा पनि प्रयोग गर्न सकिन्थ्यो ।

“भौतिक वस्तु जुन तपाईलाई दिइएको छ यो जीवनमा मात्र सजिलै र सुलभ तरिका प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ । तर जुन अल्लाहसँग छ त्यो धेरै राम्रो छ र लामो समयसम्म प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ ” (कुरान २८:६०) ।

“भगवानको आर्शिवाद गरिबलाई जान्छ किनकि वहाँहरू आध्यात्मिक रूपले धनी हुनुहुन्छ ।” (लुका १६:१९-३१, बाइबल)

सबै आर्थिक क्रियाकलापहरू वस्तु, पैसा र प्रविधिको लागि नै गरिन्छन् । कोही वस्तु र सेवा पाउँदा खुशी हुन्छन् अरू चाहिँ कसैलाई दिँदा । दिनु नै सबैभन्दा ठूलो कुरा हो । जसले दान दिने र लिने दुवैलाई खुशी बनाउँछ । दाता खुशी हुन्छ किन भने दानले हृदय र मनलाई सफा पारेर घुन्छ । प्रापक पनि खुशी हुन्छ किनभने यसले बाँच्नलाई सहयोग पुऱ्याउँछ ।

उपनिषदहरू अथवा वेदान्तले आत्माबारे बृहत्तर आध्यात्मिक ज्ञान प्रदान गर्छन् (परमानन्द, १९१९) । सबै धार्मिक आस्थाहरूले दावी गर्छन कि आध्यात्मिक ज्ञान भौतिक ज्ञानभन्दा कता हो कता राम्रो हो । किनकि यसले लामो समयसम्म फाइदा प्रवाह गर्छ । यसले मानिसलाई

यो लोक र परलोक दुबैमा कल्याण गर्छ (लुका १६:१९-३१, बाइबल) । सबै आस्थामा आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको अन्तिम उद्देश्य भनेको मुक्ति नै हो ।

भौतिक अर्थशास्त्रले वस्तुको सञ्चय र प्रयोग अत्याधिक गर्न सिकाउँछ । उसले यो बिर्सिन्छ कि स्रोत साधन भनेको ईश्वरले मानिस र अरू जीवहरूका लागि प्रदान गरेको उपहार हो । त्यसैले यसको प्रयोग विवेकपूर्ण रूपमा गर्नुपर्छ । भौतिक अर्थशास्त्रमा व्यक्तिको मेसिनको भन्दा पनि कम हुन्छ किनकि मेसिन २४ घण्टा काम गर्छ तर मानिसले गर्न सक्दैन । मेसिनले मानिसको भन्दा बढी कमाउँछ । धेरै ठाउँहरूमा मानिसको काम मेसिनले प्रतिस्थापन गरेको छ । मानिसको मेसिनको भन्दा कम छ ।

वस्तुको उपभोग चाहिनेभन्दा बढी बढाउनकै लागि उपभोक्तवादी सिद्धान्त प्रतिपादन गरिए । त्यसले वस्तुको उपयोग बढीभन्दा बढी गर्न जोडदिँदै उत्पादन बढाउनतिर लागे । यो स्वार्थी, उपभोक्तावादी र असावधानीपूर्वक वस्तुको जम्मा गर्ने र प्रयोग गर्ने भौतिकवादी सिद्धान्त हो (रोजर, १९९७) । जसको कारण वातावरणलाई हानि पुऱ्याइ उत्पादन वृद्धि गरियो । व्यक्तिको सेवा उपभोग गर्ने सवालमा नैतिक विचलन वा नैतिक प्रदूषण देखापऱ्यो । बढी खाद्यान्न उपभोग गरेकैले मोटापन बढ्यो । अति आवश्यकीय सामानहरूको उत्पादन घटाई विलासी वस्तुको उत्पादन बढाइयो ।

निष्कर्षमा भन्न सकिन्छ भौतिक अर्थशास्त्रले आध्यात्मिक अर्थशास्त्रलाई निमोठेर अगाडि बढिरहेछ । अहिले भौतिक अर्थशास्त्रले प्रदुषित शरीर, मन र हृदयलाई सेवा पुऱ्याइरहेको छ । त्यहाँ मानवको अवन भइरहेको छ । करौडौ व्यक्तिहरू जवरजस्ती गरीबीको रेखामुनी धकेलिएका छन् । के विधिको विधान यही हो त ? म त कल्पनासम्म पनि गर्न सक्दिन । एसिया र अफ्रिकाका करौडौं व्यक्तिहरू भुखमरीमा छन् तर व्यापारीलाई भाउ बढाउन सहयोग मिलोस् भन्ने अभिप्रायले अमेरीकामा बढी भएको खाद्यान्नलाई समुन्द्रमा बगाउँछन् । करोडौ बच्चाहरू वास नपाएर सडकमा जीवन बिताई रहेका छन् तर स्वचालित

चिसो र तातो बनाउने सुविधा सहितका सयौं कोठाहरू एकजना धनी व्यक्तिका लागि गृष्मकालीन र शीतकालीन ऋतुको लागि राखिएका छन् । ती धनी व्यक्तिहरूका घर पालुवा जनावरहरूको जीवनस्तर ती गरीब मानिसको भन्दा कता हो कता राम्रो छ । म जनावर विरोधी व्यक्ति होइन, तर मेरो भनाई मानिसले मानवीय को सम्मान गर्नुपर्छ भन्ने मात्र हो ।

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले के दिने ? कसरी दिने ? र कसलाई दिने भन्ने प्रश्नहरूको उत्तर दिन्छ । शास्त्रमा अन्नदानलाई उत्तम दान मानिन्छ, त्यो भन्दा पनि महाउत्तम दान चाँही विद्या वा प्रज्ञादान हो । फलको आशा नगरी दिइने सबै वस्तु राम्रा दानका कोटिमा पर्दछन् । कसरी दिने धेरै समयदेखि अनुत्तरित प्रश्नको रूपमा रही रहेको छ । दानको रूपमा दिनु नै सबैभन्दा राम्रो तरिका हो । दान, योगदान वा चन्दा (Donation) फरक फरक कुरा हुन् । दानदिनु चन्दा भन्दा धेरै राम्रो तरिका हो । दान वा जकातले भौतिक वस्तुलाई आध्यात्मिक शक्तिमा परिणत गरी दिन्छ (लवीज र अरू, २०१०) । अन्नदान भिक्षू वा साधुलाई दिइएपछि त्यो आध्यात्मिक शक्तिमा रूपान्तर हुन्छ । दानद्वारा भौतिक धनलाई आध्यात्मिक धनमा परिणत गर्न सकिन्छ । यसले के दिने ? कसरी दिने ? र कसलाई दिने ? हो, त्यो कुरा सिकाउँछ । धनलाई दानको माध्यमबाट स्वर्गमा लैजान सकिन्छ । इसाई धर्मले भन्छ ईश्वरले लिनलाई भन्दा दिनेलाई बढी आर्शिवाद दिनु हुन्छ (एक्टस २०:३५ बाइबल) । येसुले खुशीसाथ दान दिने दाताहरूलाई प्रेम गर्नुहुन्छ ।

- येसु खुशीपूर्वक दिने दातालाई प्रेम गर्नुहुन्छ ।

(माथ्यू ६:१९-२४, बाइबल)

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले भौतिक वस्तुसँग टाढा रहन सिकाउँछ । कसलाई दिने बारे सबै धार्मिक आस्थाहरूमा एक मत छ । गरीब, विधवा, टुहुरा बच्चा, रोगी र लाभ नपुगेको समूहलाई दान दिनुपर्छ । साँचो भन्ने हो भने धन ईश्वरको नै हो । त्यसै कारण वहाँको इच्छाअनुसार नै समतापूर्वक वितरण हुनुपर्छ ।

"तपाईको धन (कोष) पृथ्वीमा नराख्नु होस्, जहाँ किराले खान्छ, खीया लाग्छ, चोरले चोर्छ, त्यस धनलाई तपाई आफैं स्वर्गमा जम्मा गरिदिनुहोस् जहाँ न किराले खान्छ, न खीया लाग्छ न त चोरले फुटाएर नै लैजान सक्छ" (माथ्यु ६:१९, बाइबल) । दान दिनु भनेको धनलाई स्वर्गमा जम्मा गरिदिनु हो । यसको मतलव यो हो कि स्वर्गमा राखिएको धन कहिल्यै अवन र नोक्सान हुँदैन । न त किरा फट्ग्राले नोक्सान गर्छ न त त्यो धनमा खिया नै लाग्छ न त चोरले नै लाग्न सक्छ । अझ गाँठी कुरा त के हो भने जहाँ तपाईको धन छ त्यही तपाईको मन पनि रहन्छ । त्यसैले तपाईको लागि स्वर्गको ढोका खुल्छ ।

इसाईमा मात्र होइन सबै धर्ममा धनलाई स्वर्गको खातामा जम्म्मा गर्ने सन्देशहरू दिइएका छन् । आध्यात्मिक क्रियाकलापले भौतिक धनलाई आध्यात्मिक धनमा रूपान्तरण गर्छ । पैसा र प्रेम एउटा चुम्बकका दुईवटा ध्रुवहरू हुन् । जो पैसाकै लागि मरिहत्ते गर्छ उसले प्रेम र आध्यात्मिक अुनरागलाई नजरअन्दान गर्छ । जसले आध्यात्ममा प्रेम गर्छ, उसले बाच्नकै लागि संघर्ष गर्नु पर्छ । पैसा नै खराब कर्मको कारक तत्व हो, यसले हिंसा, द्वन्द्व, चोरी र वेश्यागमन बढाउँछ । तर, के बिर्सन हुँदैन भने बाँच्नका लागि सीमित पैसा चाहिन्छ नै ।

पैसाको प्रेम नै सबै खराबीको कारक तत्व हो । यही पैसाको इच्छाले धार्मिक आस्थाबाट मानिसलाई टाढा लैजान्छ र धेरै दुःखहरूमा जाकिन्छ (तिमोथी ६:१०) । भौतिक अर्थशास्त्रले वस्तुको उत्पादन, वितरण र उपभोगको अध्ययन गर्छ भने आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन, वितरण र उपभोगको अध्ययन गर्दछ । यसले अरूलाई सेवा गर्न सिकाउँछ ॥ ईश्वरप्रति भक्ति भाव राख्न सिकाउँछ । मानवीय गुण प्रबर्धन गर्न सिकाउँछ । दया र क्षमाशीलता प्रवर्द्धन गर्न सिकाउँछ । कमजोर र गरिबलाई प्रेम गर्न र सहानुभूति देखाउन सिकाउँछ । मानिसभित्रै प्रचुर शक्ति छ र शान्ति मानिसभित्रै छ भन्ने बोध गराउँछ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले अरूको विषयमा सोच्न र कार्य गर्न सिकाउँछ जबकि भौतिकवादले आफू र आफ्नै लागि मात्र सोच्न र सोहीअनुसार काम गर्न सिकाउँछ ।

भौतिक अर्थशास्त्र स्वार्थी सोच हो भने आध्यात्मिक निस्वार्थी । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले "म" "मेरा लागि" र "मलाई" लाई दमन गर्न सिकाउँछ । यसले "अरू" "अरूको लागि" र "अरूलाई" भन्न र गर्न सिकाउँछ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्र बुझ्न आध्यात्मिक हृदय र मन हुन जरुरी छ । जो आफ्नै लागि मात्र सोच्छ र काम गर्छ उसले आध्यात्मिक अर्थशास्त्र बुझ्न गाह्रो पर्छ । भौतिक अर्थशास्त्रमा दीक्षित एक जना साथीले आध्यात्मिक अर्थशास्त्र केही पनि बुझिन भन्नु भयो । हो साधना बिना आध्यात्मिक अर्थशास्त्र बुझ्न सकिदैन, आध्यात्मिक अर्थशास्त्र बुझ्न आध्यात्मिक हृदय चाहिन्छ ।

जसले दुवै आध्यात्मिक र भौतिक कार्य गर्छ उसले नै सर्वोच्च उद्देश्य प्राप्त गर्छ । लिने कार्य पनि जरुरी छ, किनकि नलिईकन दिन सकिँदैन । जसले लिने र दिने कार्यहरूलाई समन्वयात्मक रूपले सम्पन्न गर्छ, उसले नै सर्वोच्च लक्ष्य प्राप्छ गर्छ । दिनको लागि पनि आफूसँग केही हुनुपर्‍यो । भौतिक र आध्यात्मिक अर्थशास्त्र दुवै उतिकै जरुरी कुरा हुन् । उपनिषदका अनुसार जसले दृश्य(वस्तु) र अदृश्यलाई (ऊर्जा अथवा ज्ञान) समन्वय गर्छ, उसले मृत्यु माथि विजय प्राप्त गर्छ (परमानन्द, १९१९) । वस्तुहरू लिनु र दिनु उत्तिकै महत्वपूर्ण कुरा हुन । दान लिनु र दान दिनु उतिकै आवश्यक कुरा हुन् । वस्तु, पैसा र प्रविधि आफूसँग नभई अरूलाई दिन सकिँदैन । अध्यात्मज्ञान बिनाको वस्तु "दुःखपूर्ण सुख" हो भने वस्तु बिनाको ज्ञान केवल सपना मात्र हो । वस्तुले मानिसलाई छोटो समय मात्र खुशी बनाउँछ, त्यसपछि लामो समयसम्म दुःख दिन्छ । त्यसैले यसलाई "दुःखपूर्ण सुख" भनिएको हो ।

भौतिक दुनियाँमा खुशी वा आनन्द सँगसँगै दुःख पनि आउँछ । अर्को तर्फ यदि ज्ञानलाई व्यवहारमा उतार्ने माध्यम अथवा वस्तुहरू छैनन् भने त्यो ज्ञान सपनामै सीमित हुन्छ, विपनामा साकार गराउन सकिदैन । हामीसँग ज्ञान र वस्तुको सही संमिश्रण हुन जरुरी छ, त्यसबाट मात्र पूर्ण विकास सम्भव छ । न त भौतिक वस्तु न अध्यात्म ज्ञान एक्लैले सामाजिक र आध्यात्मिक समस्याहरू हल गर्न सक्दछ । समाज समृद्ध, न्यायपूर्ण, सही र ज्ञानपूर्ण बनाउनका लागि दुवैलाई समेटन र समन्वय गर्न जरुरी छ ।

१.७ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रसम्बन्धी प्रश्नहरू

अर्थशास्त्र मानव व्यवहारको अध्ययन गर्ने विधा हो । मानिसले केवल भौतिक वस्तुको उत्पादन, वितरण र उपभोग मात्र गर्दैन उसले आध्यात्मिक ज्ञानको पनि उत्पादन, वितरण र उपभोग गर्छ । एक जना व्यक्तिको दिन भरको क्रियाकलापलाई अवलोकन गरौं । उ बिहानै उठ्छ र ध्यान गर्छ, भगवानको प्रार्थना गर्छ त्यसपछि आर्थिक क्रियाकलापमा व्यस्त हुन्छ । तर पनि भौतिक अर्थशास्त्रले आध्यात्मिक क्रियाकलापहरूलाई नजरअन्दाज गर्छ किनकि यसले बजारमा विक्रि हुने वस्तु र सामानहरू उत्पादन गर्दैन । यसले आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा सम्बन्धी उत्पादन, वितरण र वृद्धिलाई लेखाजोखामा लिँदैन । त्यसैकारण म ती आध्यात्मिक ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञासम्बन्धी उत्पादन र वितरणमा तलका प्रश्नहरूलाई सम्बोधन गर्ने प्रयत्न गर्दैछु ।

१. किन आध्यात्मिक ज्ञान,ऊर्जा र प्रज्ञाको उत्पादन गर्ने ?
२. के के आध्यात्मिक ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्ने ?
३. कसरी आध्यात्मिक ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्ने ?
४. कसको लागि आध्यात्मिक ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञा उत्पादन गर्ने ?
५. कसरी आध्यात्मिक ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञाको वितरण गर्ने ?

किन ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्ने ?

यो पहिलो प्रश्नले मेरो सीमित ज्ञान र प्रज्ञालाई चुनौति दिन्छ । वास्तवमा मेरो सीमित ज्ञानले यो प्रश्नलाई पूर्ण उत्तर दिन गाह्रो छ । मैले त आध्यात्मिक ज्ञानको पर्खालमा एउटा ईटा मात्र राख्ने कोशिस गरेको हुँ । यो ज्ञानको पर्खाललाई जग (जमिन) सम्म ल्याउन पनि हजारौं ईटाहरू आवश्यक पर्छन् । यी प्रश्नहरूको उत्तर हाम्रा ऋषि, मुनी, धर्मदूत, पैगम्बर र अवतारी महामानवहरूले गर्नु भएको थियो तर तिनीहरूलाई सांसारिक वस्तुहरूले छोपेर राखेका छन् । हाम्रो कार्य ती वस्तुहरू हटाई आध्यात्मिक ज्ञानलाई सार्वजनिकीकरण गर्नु हो । प्राचीन समयमा ध्यान, योग, भक्ति, भिक्षादान र समर्पण मार्फत् प्रशस्त प्रज्ञा र ज्ञान उत्पादन भएको थियो । त्यसैले अझसम्म पनि आध्यात्मिक शक्ति प्रचुर मात्रमा छ । यही आध्यात्मिक ऊर्जाले यो पृथ्विमा रहका सबै

जीवित प्राणी र निर्जीव वस्तुको सुरक्षा भइरहेको छ । यही शक्ति र ज्ञानकै कारण हाम्रो हृदय र मन केही हदसम्म सफा भइरहेको छ । मानव मनमा अपवित्रता वा फोहर धेरै जम्मा भईसकेको छ । त्यसैले अब ढिला गर्ने समय छैन । आध्यात्मिक शक्ति (ज्ञान) ले मन, हृदय र बौद्धिकतालाई सफा गर्दछ र निर्वाणको बाटोतिर डोऱ्याउँछ । हामीसँग आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्ने ठुलो सम्भाव्यता छ । लाखौं मेगावाट आध्यात्मिक ऊर्जा आध्यात्मिक क्रियाकलापहरूबाट उत्पादन गर्न सक्छौं र करोडौं मानिसमा भएको अपवित्रता वा फोहरलाई एकैचोटी हटाउन सक्छौं । आध्यात्मिक ऊर्जाले के गर्छ ? धरै मित्रहरूबाट आउने साझा प्रश्न यही हो । (१) यसले मनमा भएको अपवित्रता र फोहरको डंगुरलाई हटाउँछ । (२) यसले मानव मनमा शान्ति र आनन्दतालाई बढाउँछ । (३) समाजमा मेलमिलाप बढाउँछ । (४) प्रेम, दया, सहानुभूति र क्षमाशीलतालाई बढाउँछ । (५) अज्ञानता, अपराध, हिंसा र सामाजिक रोगहरूलाई घटाउछ (६) हृदयमा दानी गुण बढाउँछ । (७) आध्यात्मिक धन जम्मा गर्छ र यसले यो लोक र परलोकमा समेत प्रवाह दिई फाइदा पुऱ्याउँछ । (८) आध्यात्मिक पूँजीको विकास गर्छ । यसले पवित्र कर्महरू पछिसम्म गराउँछ । यो भन्दा पनि ठुलो कुरा यसले मानव मनमा शान्ति र आनन्दलाई दीगो बनाइराख्छ । त्यसैले आध्यात्मिक ऊर्जा वा ज्ञानको उत्पादन ज्यादै महत्वपूर्ण छ । मलाई थाहा छैन मैले तपाईहरूको प्रश्नको जवाफ दिन सके कि सकिन ? यसका जम्ल्याहा उद्देश्य शान्ति र आनन्दलाई कसरी यो लोक र परलोकसम्म जोगाई राख्न सक्छौं, त्यो नै मुख्य सरोकारको विषय पनि हो ।

के र कति ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्ने ?

उत्पादनले ती क्रियाकलापहरूलाई समेटछ जसले मानव इच्छा परिपूर्ति गर्न आध्यात्मिक ऊर्जा, ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्दछ । मानव इच्छालाई दुई भागमा विभाजन गर्न सक्छौः भौतिक वस्तुहरूको इच्छा र आध्यात्मिक ज्ञानको इच्छा । व्यक्तिले भौतिक वस्तु र आध्यात्मिक ज्ञानको संमिश्रणहरूमध्ये एउटा सही संमिश्रण रोज्नु पर्छ । आधुनिक अर्थशास्त्रले आध्यात्मिक सेवालाई नजरअन्दाज गरेको छ किनकि यी सेवा/ऊर्जा किनबेच हुँदैनन् । आध्यात्मिकले मौद्रिकलाई जित्छ तर पनि यो ओझलमा परेको छ । अहिलेको, सामाजिक तथा आर्थिक पद्धतिले

आध्यात्मिक सेवाको लागि कुनै स्रोत र साधन नै वियोजन गर्दैन । व्यक्तिहरू पनि आध्यात्मिक अभ्यासको लागि थोरै मात्र समय छुट्याउँछन् । आधुनिक समाजले भौतिक वस्तुहरूलाई नै प्राथमिकतामा राखेका छन् । त्यसैले प्रायः सबै स्रोत साधनहरू भौतिक वस्तुकै लागि छुट्याएको छ । आध्यात्मिक क्रियाकलापका लागि नगन्य स्रोत साधन छुट्याइएको हुन्छ । जति समय छुट्याइएको छ त्यसलाई पनि सांसारिक इच्छापूर्ति गर्ने वस्तु र परलोकको इच्छापूर्ति गर्ने ज्ञानमा पुनः छुट्याउनु पर्छ । उदाहरणको लागि ध्यान र योग यो लोकका इच्छापूर्ति गर्ने साधनहरू हुन । प्रार्थना यज्ञ, होम, दान यो लोक र परलोक दुवैका इच्छा सन्तुष्टि गर्ने साधन हुन् । आध्यात्मिक ऊर्जाले व्यक्तिलाई मात्र नभएर सम्पूर्ण पृथ्वी र ब्रह्माण्डलाई नै सुरक्षित पार्दछ । आध्यात्मिक ऊर्जा र ज्ञान, यो लोक र परलोक दुवैमा प्रयोग गर्न पाउँछौं । आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्न वस्तु वा समानहरूको जरुरत पर्दैनन् । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा आध्यात्मिक ज्ञान र भौतिक वस्तु दुवै असीमित र प्रचुरमात्रामा छ भने विश्वास छ । ईश्वरले हामीलाई प्रचुर मात्रामा ज्ञान र भौतिक वस्तु दिनु भएको छ तर हामीहरूले नै ती ज्ञान र भौतिक वस्तुको अभाव सिर्जना गऱ्यौ । आध्यात्मिक ऊर्जा प्रचुर मात्रामा छ । यो जति नै खर्च गरे पनि सकिँदैन । आध्यात्मिक ऊर्जाको बाँडफाँड अदृष्य हातहरूले (ईश्वरका हातहरूले) गर्छन । यज्ञ र होमलाई कर्मकाण्डको रूपमा लिइन्छ तर पनि खास गरिकन ज्ञानयज्ञहरु जुन फल वा वरदानको आशा नलिई गरिन्छन् भने यिनीहरूले आध्यात्मिक क्षेत्रको जग सिर्जना गर्दछन् । ज्ञानयज्ञ र ज्ञानकर्महरू पनि आध्यात्मिक सेवाका अभिन्न अङ्गहरू हुन । ध्यान, योग, रेकी आदि सांसारिक आध्यात्मिक ऊर्जा हुन किनकि यिनीहरू व्यक्तिगत उपचारका लागि पनि प्रयोग गर्ने गरिन्छन् । त्यसैले आध्यात्मिक ऊर्जा/ज्ञानलाई व्यक्तिगत, सामाजिक र परलौकिकमा विभाजन गर्न सक्छौं ।

आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन धार्मिक आस्थाका आधारमा गरिन्छ । बुद्धधर्म मान्ने व्यक्तिहरू, ध्यान, योग जस्ता साधनाबाट ऊर्जाहरूको उत्पादन गर्छन् भने इसाई र इस्लामीहरू प्रार्थनाका माध्यमबाट बढी आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्छन् । सनातन धर्मका अनुन्यायीहरु भक्ति र ध्यानबाट आध्यात्मिक ऊर्जा बढी उत्पादन गर्न

चाहन्छन् । उत्पादन गर्ने प्लान्ट जे जस्तो भए पनि यसले एउटै आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छ । यसले व्यक्तिको मन र समाजको मनमा शान्ति र आनन्द स्थापना गर्छ ।

कसरी आध्यात्मिक ऊर्जा/ज्ञानको उत्पादन गर्ने ?

हाम्रो मनमा शान्ति र आनन्दलाई दिगो बनाई समाजमा शान्ति र अमन चैन कायम गर्न हामीलाई १ लाखवाट् आध्यात्मिक ऊर्जा आवश्यक परेमा हामी १,००,००० मैनवत्ति बालेर, वा १० वटा यज्ञहरू सम्पन्न गरेर वा १०,००० व्यक्तिहरूको एक घण्टाको प्रार्थनाबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ । एकजना व्यक्तिको अपवित्रता हटाउन १० बाट् आध्यात्मिक ऊर्जा आवश्यक पर्न सक्छ । त्यो उसले ध्यानबाट, योगबाट, यज्ञबाट वा प्रार्थनाबाट प्राप्त गर्न सक्छ । १० बाट् आध्यात्मिक ऊर्जा १० दिनको ध्यानबाट अथवा १५० घण्टाको प्रार्थना वा १५ दिनको भक्तिबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ । यी त उदाहरणहरू मात्र हुन् । कसरी ऊर्जा प्राप्त गर्ने त्यो रोजाइ व्यक्तिमा निर्भर रहन्छ । व्यक्तिहरू आ-आफ्नो धार्मिक आस्थाअनुसारको उत्पादनका प्लान्टबाट आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्न चाहन्छन् ।

दोस्रो, ध्यान वा योग व्यक्तिले एक्लै एकान्त ठाउँमा वा घरमा, गाउँमा, समूहमा वा सिविरमा पनि गर्न सकिन्छ । यी केही प्रविधिगत रोजाइ हुन । धेरै ऊर्जा व्यक्तिको दैनिक ध्यानबाट प्राप्त हुन्छ, जसले व्यक्तिको मनमा धेरै अपवित्रता जम्मा हुन पाउँदैन र मनलाई सधैं सफा र पवित्र बनाउन मद्दत गर्दछ । कहिले कहिले शीविरमा गरिने सामुहिक ध्यानभन्दा एकान्तको दिनदिनै गरिने ध्यान राम्रो हो । तर आधारभूत साधना सिक्नका लागि सामुहिक ध्यान राम्रो ।

तेस्रो, उपबासले पनि आध्यात्मिक शक्ति उत्पादन गर्दछ । लाजारुस, क्रिष्चियन भक्तले उपवास बस्नु भयो र आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्नुभयो त्यही ऊर्जाले वहाँलाई परमेश्वरसँग पुऱ्याइदियो । परमेश्वरले वहाँलाई मृत्युबाट फर्काउनु भयो र जीवन प्रदान गर्नु भयो । नचिकेता वैदिक सनातन धर्मका भक्तले पनि ३ दिन सम्म उपवास बस्नु भयो । मृत्युपछि यमराजले वहाँलाई पुनः जीवित गराउनु भयो र

फिर्ता पठाउनु भयो (परमानन्द, १९१९) । कुरानमा पनि अल्लाहको अनुमतिले मरेकालाई जीवित गराई दिनु भएको छ (कुरान, ३:४९) । परमेश्वरले मरेको लाजारुसलाई जीवित बनाइदिनु भयो (जोन ११:१-४४) । सन्देशको हिसावले लाजारुस, नचिकेता, र "नाम नभएको" इस्लामी भक्तबीच कुनै फरक छैन । छ त नाममा मात्र फरक छ । उनीहरू तिनै जनाका हृदयमा आध्यात्मिक सुन्दरता थियो, त्यसैले वहाँहरू सबैलाई मृत्युपछि परमेश्वरले पुनः जीवित गराई यो मृत्युलोकमा फिर्ता पठाइदिनु भयो ।

चौथो, धेरै व्यक्तिहरूमा यो गलत धारणा छ कि आध्यात्मिक ज्ञान गुरु बिना उत्पादन गर्न सकिँदैन । तर अनुभवले यो देखाएको छ कि एकलव्यले गुरु बिनै साधनबाट ज्ञान प्राप्त गर्नुभयो । असली गुरु मानिसभित्र नै हुन्छ । बाहिरको गुरुले त बाटो देखाउने काममात्र गर्दछ।

कसको लागि आध्यात्मिक ऊर्जा/ज्ञानको उत्पादन गर्ने ?

सबै धार्मिक आस्थाहरूमा उल्लेख गरिएको छ कि आध्यात्मिक ज्ञान/ऊर्जाको उत्पादन धर्म, जाति, लिङ्ग, वर्ण र राष्ट्रियताको आधारमा नभइ मानवीय आधारमा हुन्छ । आध्यात्मिक ज्ञान वा फाइदा खास गरिकन गरिब विधवा, रोगी, अपाङ्ग र सामाजिक र आर्थिक रूपमा किनारामा पुऱ्याइएका व्यक्तिहरूकै लागि हो । हुन त ईश्वरीय आध्यात्मिक ऊर्जा/ज्ञानबाट सबै मानिसहरू लाभान्वित हुन्छन् तर माथिका समूह बढी लाभान्वीत हुन्छन् । किनकि वहाँहरूले यो लोकमा धेरै दुःख कष्ट झेल्नु भएको छ (लुका १६:१९, भागवत पुराण) । वैदिक सनातन धर्ममा सुदामाले गरीबीको कारण एक मुठ्ठी अन्नमा र एक सरो कपडामा जीवन गुजरा गर्नुभयो । क्रिष्टियन धर्ममा लाजारुसले घाऊ, रोग र गरीबी विरुद्ध संघर्ष गर्नुभयो । त्यसैले दुवै जनाले परमेश्वरबाट आध्यात्मिक शक्ति प्राप्त गर्नुभयो । दुवैले प्रशस्त धन दौलत प्राप्त गर्नुभयो । यसको माने अरू व्यक्तिले नपाउने कदापी होइन । सबै व्यक्तिले आध्यात्मिक ऊर्जा/ज्ञान पाउछन् तर यो लोकमा धेरै दुःखकष्ट खाएका व्यक्तिहरूले बढी फाइदा पाउँछन् । किनकि वहाँहरू सबैभन्दा बढी आवश्यकतामा हुनुहुन्छ । हामी दान दिएर हाम्रो मन र आत्मालाई सफा गरी पवित्र बनाउन सक्छौं । जो व्यक्ति पृथ्विको स्वर्गमा छन्

उनीहरूको नर्कमा बास हुन्छ । जो पृथ्वीको नर्कमा छन् वहाँहरूले स्वर्गमा वास पाउँछन् (लुका १६-१९, भागवत पुराण) । गरीब, विधवा, अपाङ्ग, रोगी र अरू सामजिक हिसावले कमजोर व्यक्तिहरू आध्यात्मिक सेवाका प्राथमिकता प्राप्त व्यक्तिहरू हुन् ।

१.८ आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको तुलनात्मक अध्ययन

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रका आधारभूत कुराहरू सबै धर्म र सम्प्रदायहरूमा एउटै छन् । मन, आत्मा र भगवानको व्याख्यामा मात्र यी धर्म र सम्प्रदायहरूबीच फरक पाइन्छ । आत्मा नै सबै धर्म सम्प्रदायहरूको केन्द्रबिन्दु हो । हुन त बुद्धधर्ममा आत्मा नै मानिदैन तरपनि उनीहरु बुद्धितत्व मान्छन् । वैदिक सनातन धर्मअनुसार आत्मा अमर, अनादि अविभाज्य, अविनाशी, नित्य छ । यो एक शारीरबाट अर्को शरीरमा स्थानान्तरण हुन्छ । सबै धर्मको मूल लक्ष्य आत्मालाई बुझ्नु र साक्षात्कार गर्नु नै हो । सबै धर्म र सम्प्रदायहरूको उद्देश्य, गरीब, टुहुरा, अपाङ्ग, विधवा, आदिको सेवा गरी परेमश्वरलाई खुशी पार्नु नै हो । यी व्यक्तिहरू खुशी भए भने परमेश्वर पनि खुशी हुनुहुन्छ । ऋग वेददेखि बाइबलसम्म सबै साहित्यहरूले एउटै कुरा उल्लेख गरेका छन् । त्यो के हो भने सर्वशक्तिमान परमेश्वरले नै आत्मा, शरीर र भौतिक वस्तुहरूको सिर्जना गर्नु भएको हो । कसैले यो चेतनशील अदृश्य शक्तिलाई आत्मा भन्छन् कसैले त्यसलाई जीवात्मा र परमात्मा भनी विभाजन गर्दछन् । जीवात्मा परमात्माकै अंश भएकाले यसमा तात्विक रूपले कुनै फरक छैन । सर्वोच्च आत्मा अथवा परमात्मा भनेको एउटै कुरा हो । तिनै सर्वशक्तिमान परमेश्वरले नै यो ब्रह्माण्ड, जीवित र निर्जीव वस्तुहरूको नियन्त्रण गर्नुहुन्छ । वेद, बाइबल, कुरान सबैले उल्लेख गरेका छन् की जीवित प्राणीहरूकै लागि परमेश्वरले सूर्य, चन्द्रमा, तारा र नक्षत्रगणको सिर्जना गर्नु भएको हो । त्यसैले आत्मा सफा गर्न वा माझ्न भगवानको ध्यान र भक्ति गर्नुपर्छ । सबै आस्थाले यो दावी गर्दछन् कि आफ्नो धर्म वा सम्प्रदाय अरूभन्दा उच्चकोटिको छ । यो सत्यको नजिक छ । अरू छैनन् । मैले विभिन्न धर्म र सम्प्रदायहरूमा रहेर ध्यान गर्ने अवसर पाएँ तर गजवको कुरा एउटै आन्तरिक सूक्ष्म घर्षण (Vibration), संवेदना (sensation), पीडा र आनन्द प्राप्त गरे । त्यसैले भन्न सक्छु । सबै धर्म र सम्प्रदायहरूबाट एउटै आनन्द र शान्ति प्राप्त हुन्छ ।

सबै आध्यात्मिक अभ्यासहरू एउटै बिन्दुमा ध्यान केन्द्रित गरी, एकान्तमा बसी, मनलाई विस्तारै छोड्ने र खिच्ने गरिन्छ । यसलाई मनको तालिम पनि भन्न सक्छौं । यो बाहेक मन र आत्मालाई पवित्र बनाउने अरू कुनै बाटो छैन् । तर प्रशिक्षकले विभिन्न तरिकाबाट त्यही कुरा सिकाउन र अभ्यासमा सहजीकरण गर्नु र गराउनु हुन्छ । कसै कसैले ध्यानको संगीत सुन्नुहुन्छ, सांसारिक वस्तुबाट विश्राम लिने संगीत सुन्नुहुन्छ, कसै कसैले पहिले हठयोग त्यसपछि राजयोग गराउनु हुन्छ, अरू कसैले रेकीको अभ्यास पनि गराउँछन् । तर, आधारभूत कुरा चाहिँ एउटै हुन् । त्यसैले यी सहायक अभ्यासहरू पनि मूल लक्ष्य प्राप्ति कै लागि गरिन्छन् । इस्लामी साथी समय समयमा गरिने प्रार्थनाबाट आनन्द प्राप्त गर्न चाहनुहुन्छ, यसबाट आफ्नो शक्ति, हृदय, मनलाई अल्लाहमा समर्पण गर्नुहुन्छ । इसाई साथी प्रार्थनाबाट आनन्दको अनुभूति गर्नुहुन्छ । सनातन धर्मावम्बी, भजन कीर्तनबाट आनन्दको (भजनानन्द) अनुभूति गर्नुहुन्छ । यी सबै क्रियाकलापहरू आत्मा पवित्र बनाउन उत्तिकै महत्वपूर्ण छन् । केही धर्म सम्प्रदाय यस्ता पनि छन्, जसले ध्यान गर्दा कुनै भगवानप्रति समर्पित गर्दैनन् । विपाश्यना यस्तो ध्यान विधि हो, जुन कुनै भगवानमा भक्ति नगरी सम्पन्न गरिन्छ । तर, ध्यानको विधि चाहिँ यसको पनि अरूसँग मिल्दोजुल्दो नै छ । कसैप्रति भक्ति नगरी ध्यान गर्दा पनि त्यही सूक्ष्म आन्तरिक घर्षण (Vibration) र सम्वेदना (Sensation) प्राप्त हुन्छ । सबैले आ-आफ्नो विधि उच्चकोटि हो भनी दावी गर्नुहुन्छ । मेरो विचारमा सबै ध्यान उत्तिकै उच्च कोटिका छन् । ध्यानका विभिन्न विधिहरू छन्, मनपूर्ण ध्यान, प्रेम र दया सहितको ध्यान, सहानुभूति पूर्ण ध्यान, भावातीत ध्यान (Transcendental) व्यवहारमा आएका मुख्य ध्यान विधिहरू हुन् । धेरै ध्यानका कोर्षहरू मध्ये Mindful concentration, loving-kindness, compassion and transcendental बढी चलन चल्तीमा छन् । कुनै सिकारु र कुनै दक्षता प्राप्तहरूका लागि तयार गरिएका छन् । इस्लाम धर्मअनुसार सबै जीवित र निर्जीव वस्तुहरू अल्लाहका कृपाले नै अस्तित्वमा आएका छन्, अथवा सबै वस्तुहरू अल्लाहले नै सिर्जना गर्नु भएको हो । मन र आत्मामा लागेका खीया वा कत्लाहरू अल्लाह आफैंले सफा गरिदिनु हुन्छ । केही अतिरिक्त अभ्यास गर्नु पर्दैन । तसर्थ शरीर र आत्मालाई अल्लाहमा

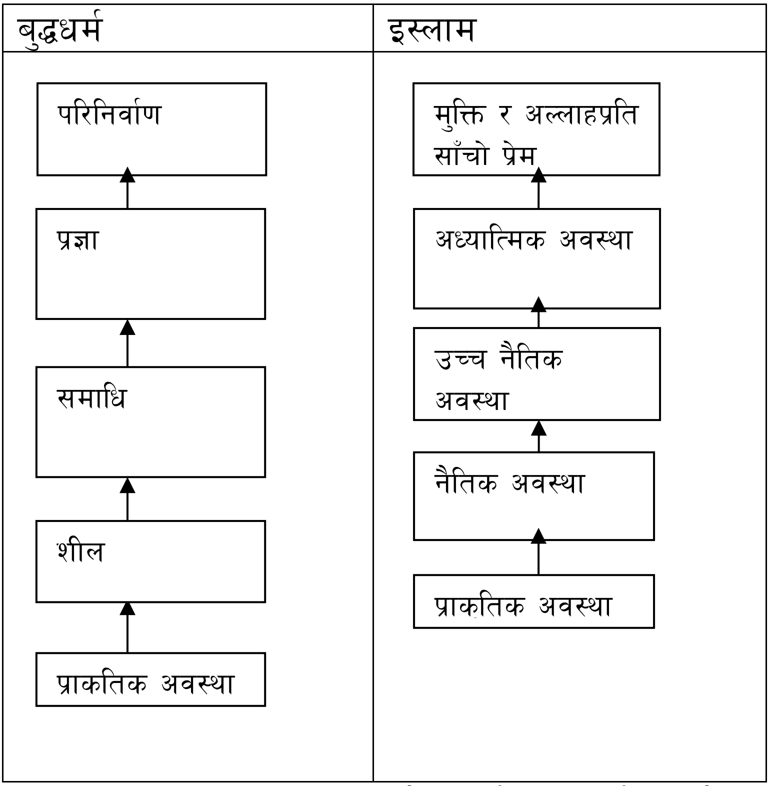
समर्पण गर । स्वर्ग र पृथ्वी, मानिस र जनावर, आत्मा र शरीर सबै अल्लाहकै कृपाबाट अस्तित्वमा आएका हुन् तसर्थ भक्ति गरे आत्मामा भएका अपवित्रताहरू पनि अल्लाह आफैंले सफा गरिदिनु हुन्छ ।

"मेरो हृदय, आत्मा र शरीर हजुरमा समर्पण गर्नसकौं ।"
- इस्लामका अति आवश्यक कुराहरू-३

पवित्र कुरानमा भनिएको छ आत्माले ईश्वरमा फर्केपछि शान्ति प्राप्त गर्दछ । ईश्वर पनि आत्मासँग खुशी हुनुहुन्छ (भाग ३०, रुकु १४) । ईश्वर बिना आत्मा बाँच्न सक्दैन । भगवानको आत्मासँग सम्बन्ध छ । किनकि आत्मा पनि भगवानले नै बनाउनु भएको हो । आत्माको शक्ति ईश्वरमा भर पर्दछ किनकि वहाँ नै आत्माको सर्जक हुनुहुन्छ । सनातन धर्ममा पनि जीवात्मा परमात्माकै अंश हो भनिएको छ । त्यसैले उपनिषदमा शरीर, मन, आत्मा र परमात्माका बीच अन्तरसम्बन्ध राम्ररी व्याख्या गरिएको छ । सबै आस्थाले शरीर र आत्मालाई फरक हुन भनेर मानेका छन् । तर आत्मालाई राख्न शरीर आवश्यक छ । पवित्र कुरानमा मानिसको भौतिक स्थिति नैतिक र आध्यात्मिक कुरामा घनिष्ट रूपले भर पर्दछ भनिएको छ । मानिसको बानी व्यहोरा खानपानले आध्यात्मिक र नैतिकलाई असर पार्छ । भगवत गीताले सात्विक खाना नै सबैभन्दा राम्रो खाना हो भनेर व्याख्या गरी दिएको छ । मांस आहार त अज्ञानी व्यक्तिको लागि मात्रै हो । जो मासु भोजन गर्छ, मदिरा सेवन गर्छ, धुम्रपान गर्छ, र तामसी खाना खान्छ उसले भगवानको भक्ति गर्न सक्दैन । उसले ध्यान गर्न त के केही सिक्न पनि सक्दैन । त्यस्तो व्यक्तिमा ीयनद्रयहरूले राज्य गर्छन् । ज्ञान र प्रज्ञाले गर्दैनन् ।

आध्यात्मिक अभ्यासमा खानाको ठुलो भूमिका हुन्छ । तामसी भोजनबाट तामसी विचार आउँछ तामसी विचारले तामसी कर्महरू गराउँछ । जसबाट ध्यान र भक्तिमा अवरोध पुग्छ । त्यसैले साधारण शाकाहारी खानाले आध्यात्मिकतामा ठुलो प्रभाव पार्दछ । शाकाहारी खानाले सात्विक विचार दिन्छ, जसले ज्ञान र प्रज्ञातिर डोऱ्याउँछ र ज्ञान र प्रज्ञाले मुक्ति वा निर्वाणसम्म पुऱ्याउँछ ।

चित्र नं. १ः मुक्ति मार्ग - क



स्रोत : इस्लामको सार भाग ३, बुद्ध ध्यान, उपनिषद र श्रीमद्भगवत गीताबाट लिएको

नोट :

१. प्राकृतिक अवस्था + चेतना नियमन = नैतिक अवस्था

२. नैतिक अवस्था + अल्लाहमा भक्ति = आध्यात्मिक अवस्था

३. आध्यात्मिक अवस्था + भौतिक वस्तुको छुटकारा = मुक्ति र अल्लाहप्रति साँचौ प्रेम

यदि भौतिक क्रियाकलापहरू आध्यात्मिक कानुनअनुसार सम्पन्न गरिए भने जसरी नुन खानीमा सबै वस्तुहरू नुनिला हुन्छन्, त्यसरी नै सबै व्यक्तिहरू पनि दयालु र ज्ञानी हुन्छन्, जसलाई हामी नैतिक अवस्थामा पुगेको भन्न सक्छौं । यसले आध्यात्मिकतामा निकै ठूलो परिवर्तन गराउँछ । मानिसमा दया, प्रेम, क्षमाशीलता वृद्धि हुन्छ । त्यसैले खानपान, सफाई, सद्गुणहरू इन्द्रिय नियन्त्रण गर्ने अभ्यासमा सहयोग पुऱ्याउँछन् । भौतिक स्थितिले आध्यात्मिक र आध्यात्मिक

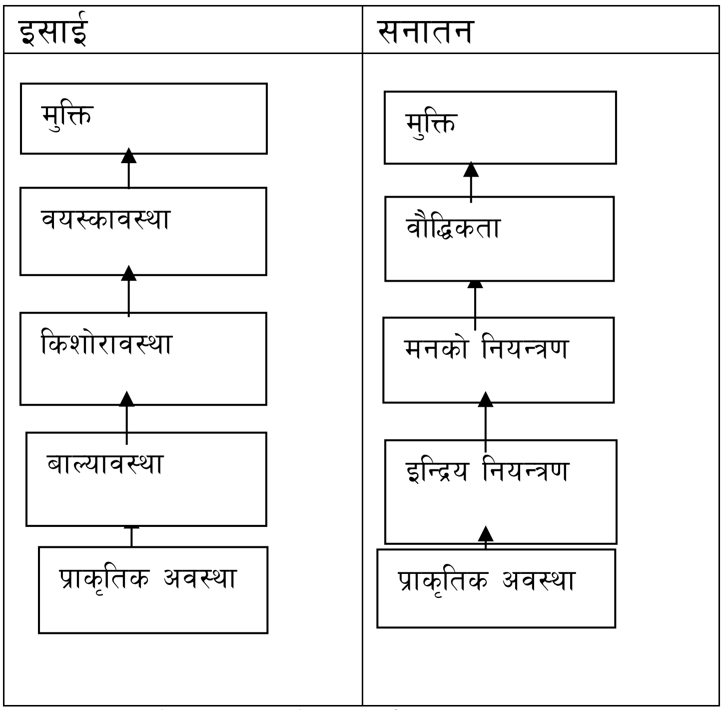
स्थितिले भौतिक व्यवहारमा फरक ल्याउँछ । त्यसैले भौतिक कुरा खानपान रहन सहनको पनि आध्यात्मिक प्रक्रियामा ठूलो महत्व छ ।

श्रीमद्भगवत गीताका अनुसार जो परमेश्वरमा समर्पित छ, चेतनामा छ, जोसँग पवित्र आत्मा छ, जो जो मन र इन्द्रियहरूलाई नियन्त्रण गर्छन् ती सबै व्यक्तिहरूका लागि प्रिय र अरू व्यक्तिहरू पनि उसका लागि प्रिय हुन्छन् । भक्तिद्वारा पनि मन र आत्मामा भएका अपवित्रताहरूलाई नष्ट गर्न सकिन्छ । भक्तिले व्यक्तिलाई आत्मा साक्षात्कारको अवस्था सम्म लैजान सक्छ (प्रभुपाद, १९७२) । तर जसले सकाम कर्म वा फलको आशा गरेर कर्म गर्छ उ कहिल्यै पनि सही गन्तव्यमा पुग्न सक्दैन । उ कहिल्यै पनि भगवानसँग एकत्रित हुन सक्दैन । यदि भगवानप्रति निष्काम भक्ति बढाउँदै लगियो भने उ भौतिक वस्तुबाट विस्तारै अलग हुनथाल्छ वा भौतिक वस्तुको मोह विस्तारै कम हुन्छ । पुजापाठ, उपासना, धार्मिक संगीत, सत्संगले सहयोग पुऱ्याँउछन् । मस्जिद, चर्च वा मन्दिरको आइजाई र ती संस्थाका क्रियाकलापहरूमा संलग्नता राखेमा र आफैंलाई नियन्त्रण गरेमा पनि आध्यात्मिकतामा वृद्धि हुन्छ । यी कुराहरू सबै आस्थाका आध्यात्मिकतामा मात्र लागु हुन्छ तर जो धर्म निरपेक्ष छ उसका लागि दया, प्रेम, क्षमाशीलता, बढाउने क्रियाकलाप नै काफी छन् । भगवानसँग लामो समय बिताए पनि जो सँग यी गुणहरू छैनन् उसले भगवानलाई बुझ्न सक्दैन । आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्ने धेरै प्लान्टहरू हुन सक्छन् । जस्तोसुकै प्लान्ट भए पनि उसले उही आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्छ । प्रार्थना, योग, ध्यानले असमान ऊर्जाको उत्पादन गर्छ । तर पनि यी सबै आध्यात्मिक ऊर्जाको चरित्र एउटै हुन्छ । आध्यात्मिकताको लक्ष्य वा गन्तव्य स्थान पनि एउटै छ । कुनै प्लान्टले थोरै र कुनैले धेरै आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छ । उदाहरणका लागि ध्यानले धेरै र प्रार्थनाले थोरै ऊर्जाको उत्पादन गर्छ ।

आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छन् । कसैले पनि कम उत्पादन गर्ने प्लान्टलाई नजरअन्दाज गर्न मिल्दैन् किनकि धेरै साना प्लान्टबाट उत्पादन हुने ऊर्जाको योग ठूलो प्लान्टबाट उत्पादित ऊर्जा भन्दा पनि बढी हुनसक्छ । सबै साना प्लान्टबाट उत्पादित ऊर्जाको कूलयोग पनि

ध्यानबाट उत्पादित समान वा त्योभन्दा पनि बढी हुनसक्छ । किनकि सयौं व्यक्तिहरूले गरेको ध्यानबाट प्राप्त ऊर्जा लाखौं व्यक्तिहरूले गरेको प्रार्थनाको भन्दा कम हुन सक्छ । ध्यान उत्कृष्ट विधि हो ।

चित्र नं. २: मुक्तिको बाटो - ख



स्रोत : बाइबल, श्रीमद्भगवतन गीता र उपनिषदको आधारमा लेखकबाट बनाइएको चित्र

सबै आस्थाहरूको साझाबाटो पनि एउटै छ । तात्विक रूपमा आस्थाहरूको बीचमा कुनै फरक छैन । माथि उल्लेख गरिएअनुसार सबैको गन्तव्य एउटै छ । मुक्ति वा निर्वाण वा परिनिर्वाण जे भने पनि त्यो उही अवस्था हो, जसमा संसारिक भौतिकवादी वस्तुहरूबाट छुटकारा लिइन्छ । नामबाहेक अरू कुनै फरक छैन ।

बुद्धधर्ममा समाधिसम्म पुग्न शीलहरुको पालना गर्नुपर्छ । पंचशील अथवा अष्टशीलले इन्द्रीयहरूलाई नियन्त्रण गर्छ । त्यसैले सनातन धर्मको भाव

वा इन्द्रिय नियन्त्रण र बुद्धधर्मको “शील” पालना गर्नु एउटै कुरा हुन् । भाव वा इन्द्रिय नियन्त्रणबिना “शील” पालन गर्न सम्भव हुँदैन । इस्लाम धर्मको नैतिक अवस्थामा पनि भाव वा कर्मको नियन्त्रणमा नै जोड दिइएको छ ।

वैदिक सनातनधर्म र बुद्धधर्ममा समाधिको लागि मनलाई नियन्त्रण गर्न जरुरी छ । त्यही मनलाई नियन्त्रण गर्न इस्लामको भक्तिले मद्दत पुऱ्याउँछ र सम्पूर्ण ध्यान नै अल्लाहमा केन्द्रित गरिन्छ, त्यसैलाई उच्चनैतिक अवस्था वा “इमान” अवस्था भनिन्छ । जहाँ संसारिक वस्तुबाट छुटकारा पाउन भक्ति गर्न सिकाइन्छ । बुद्धधर्मको प्रज्ञा अवस्था र सनातन धर्मको वौद्धिकता उही कुरा हुन । जहाँ अनुभवबाट प्राप्त ज्ञान वा प्रज्ञालाई संस्थागत गर्न सिकाइन्छ । त्यसलाई इसाई धर्ममा आध्यात्मिक वयस्क अवस्था, इस्लाममा “इहसान” अवस्था पनि भनिन्छ (इट नज्जार २००७) ।साझा (जेनेरिक) रूपमा आध्यात्मिक वयस्क अवस्था भन्नसक्छौं । यस अवस्थामा मनलाई वुद्धिले र ज्ञानलाई प्रज्ञाले नियन्त्रण गर्छ । यस अवस्थामा व्यक्तिले सांसारिक भौतिक वस्तुबाट छुटकारा लिन्छ वा ज्यादै सीमित भौतिक वस्तुहरूको प्रयोग गर्दछ । यस अवस्थामा व्यक्तिले सम्पूर्ण ध्यान आध्यात्मिकतिर खिच्दछ ।

इस्लामले अल्लाह, इसाईले येसुसँग र सनातन धर्म मान्नेले ॐ मा नै नजिकिन खोज्छन् । बुद्धधर्मका व्यक्तिहरू कुनै भगवानमा नभएर आध्यात्मिक ज्ञानमा नै नजिकिन थाल्छन् । चाहे भगवान मान्ने व्यक्ति हुन् चाँहे नमान्ने हुन् दुवै आध्यात्मिक ज्ञानसँग नजिकिन्छन् । अन्तिम अवस्था भनेको आत्मा साक्षात्कार वा निर्वाण वा मुक्ति जे भने पनि एउटै कुरा हो (पटेल साहव, १९९९) । यस अवस्थामा व्यक्ति संसारिक भौतिक वस्तुबाट पूर्ण रूपमा छुटकारा लिन्छ र सर्वोच्च आनन्द हासिल गर्दछ । जसरी माछा समुन्द्रको गहिरोमा रमाउँछ त्यसै गरी व्यक्ति आध्यात्मिकतामा डुवेपछि रमाउँछ ।

सबैभन्दा गहिरो आध्यात्मिक समुन्द्रको स्थान भनेको मुक्तिको स्थान नै हो, जहाँ व्यक्तिहरू संसारिक भौतिक वस्तुहरूबाट छुटकारा लिन्छन् र भगवान र आध्यात्मिक ज्ञानमा डुब्छन् । जुन आनन्द वा

सन्तुष्टि आध्यात्मिक समुन्द्रमुनि भगवान वा अल्लाहको प्रेममा र समीपमा प्राप्त हुन्छ, त्यसलाई शब्दमा वर्णन गर्न सकिँदैन । यसलाई इसाई र सनातन धर्मालम्वीहरूले स्वर्गीय आनन्द वा सत्चिदानन्द भन्दछन् । इस्लामले त्यसलाई माछाले समुन्द्रमुनि पौडिदा जुन आनन्द प्राप्त गर्छ त्यसैसँग दाजेको छ । सबै आस्थाहरूले त्यो आनन्दलाई सर्वोच्च आनन्द भनेका छन् ।

यी अवस्थालाई इसाई सम्प्रदायमा प्राकृतिक, पानी, तेल र मुक्ति भनेर पनि भनिन्छ् । इसाई धर्मको परिपक्व अवस्थालाई सनातन धर्मसँग तालमेल मिलाउन वयस्क र परिपक्क अवस्थामा विभाजन गरिएको छ । सबै आस्थाका हरेक चरण मात्र मिल्दाजुल्दा छैनन्, त्यस चरणका उद्देश्य र साधना पनि मिल्दाजुल्दा नै छन् । प्रत्येक व्यक्तिले ईश्वर कहाँ जानु अगाडिभित्री र बाहिरी मुख धुन अति आवश्यक छ । मुख सफा गर्नुको मतलव व्यक्तिको बोलीचाली सम्पूर्ण रूपमा शुद्ध हुन अत्यावश्यक छ । शब्दले कसैलाई पनि हानि गर्ने वा दुःख पुग्ने कार्य गर्नु हुँदैन । हातहरूले कसैलाई हानि पुग्नु हुँदैन । यिनीहरूलाई बुद्धधर्मको शील पालना वा इस्लाम धर्मको नैतिक अवस्थासँग दाँज्न सकिन्छ । यसैलाई साझा रूपमा आध्यात्मिक बाल्यावस्था भन्न सक्छौं, जहाँ दया, परोपकार, र दानले मनलाई सफा गर्ने काम गर्छौं । आध्यात्मिक शिशु अवस्थामा आध्यात्म बारे कममात्र अनुभव हुन्छ र आर्जित ज्ञान पनि कम नै हुन्छ ।

यस अवस्थामा व्यक्तिहरू थोरै आध्यात्मिक काममा र धेरै भौतिक वस्तुको उत्पादन, वितरण र उपभोग नै आफ्नो समय व्यतित गर्छन् । तरपनि हृदयमा थिचिएर गरेको आध्यात्मिक चाहनालाई बाहिर ल्याउने कोशिस गर्दछन् । व्यक्ति ध्यान गर्न कोशिस गर्छ तर ध्यान एकत्रित गर्न सक्दैन । धार्मिक किताब पढ्ने इच्छा गर्छ तर कार्य व्यस्तताले पढ्न पाउँदैन । आध्यात्मिक वाल्यावस्थामा ज्ञानको भोक र तिर्खा लाग्छ । त्यसैले आध्यात्मिक भोक र तिर्खा मेटाउन आध्यात्मिक खाना र पानी खोज्दछ । जसरी बच्चाले दुध खोज्छ त्यसैगरी आध्यात्मिक बच्चाले पनि आध्यात्मिक पानी वा दुध खोज्दछ । यस्तो अवस्थामा आध्यात्मिक बालकले बाहिरी शरीर र भित्री मनलाई सफा गर्न

आध्यात्मिक धाराको प्रयोग गरी नुहाउन चाहान्छ। आध्यात्मिक धाराबाटै पानी पिउन चाहन्छ। जसको अर्थ यस अवस्थामा व्यक्ति आफ्नो शरीर, हृदय र मनलाई सफा गर्न चाहान्छ। दोस्रो अवस्थामा व्यक्ति आफ्नो हृदय र मनमा थुप्रेको अपवित्रता, फोहरहरू र कत्लालाई फाल्न चाहान्छ। लुकेको पापले हाम्रो जीवनलाई हानि पुऱ्याउँछ। हाम्रो शान्ति र स्वास्थ्यलाई पनि हानि पुऱ्याउँछ। बाइबलले भन्छ गरेको पाप अरूलाई भन। कसैलाई "आफूले गरेको पाप भन र छुटकारा पाउन सहयोग माग।" आध्यात्मिक वाल्यावस्थामा आफूले अनुभव गरेको नराम्रो काम वा पाप कर्मको लागि अपराध स्वीकार गर वा प्रायश्चित गर। त्यसै अवस्थालाई ध्यानको समाधि अवस्थासँग वा आध्यात्मिक किशोर अवस्थासँग तुलना गर्न सकिन्छ।

मानिस मरेपछि आत्माले शरीरलाई छोड्छ र तर जुन संस्कार वा गुण उसँग रहन्छ त्यो साथै जान्छ। तर भगवान त्यो आत्मामा नै बसेका हुनाले वहाँले कहिल्यै पनि आत्मालाई छोड्नु हुन्न। पवित्र आत्माले सधैं शरीरभित्र नै रही परमात्माको निर्देशानुसार सोच्ने, बोल्ने र काम गर्ने गर्दछ। धेरै अन्तरदृष्टिहरू यही आत्माबाट आउँछन्। ईश्वरले वा अल्लाहले हृदयमा घर बनाएर सधैं बस्नु भएको हुन्छ (अहमद, २००५ क)। जसले अल्लाहलाई माया गर्छ, उसले वहाँलाई पाउन आफूलाई पवित्र बनाउनु पर्छ (इस्लामको सार, भाग १)।

जसले सन्तुलन नगरी आध्यात्मिक जीवन लिन्छ उसले धेरै जोखिमहरू मोल्नु पर्छ। अत्याधिक इन्द्रिय नियन्त्रणले व्यक्ति उदासीनताको शिकार बन्छ। साधक बढी नै सुत्ने, बढी खाने, त्यस्तै अन्य असामान्य क्रियाकलापहरू गर्न सक्छन्। यसलाई नै अर्को हिसावले विलासी जीवन भन्न पनि सक्छौं। यदि एउटा भावलाई हामी नियन्त्रण गर्छौं भने अर्को झन वेजोडले उर्लेर आउँछ। यो नदी जस्तै हो जब यसको प्राकृतिक वहावलाई निमन्त्रण गर्छौं, यसले कमजोर भूभागलाई फुटाएर बाहिर जान खोज्छ। इच्छाहरूलाई नजरअन्दाज गरिए भने यसले सन्तुष्टिमा बाधा पार्छ र झन अरू इच्छाहरू अनियन्त्रित बन्न पुग्छन्। त्यसैले केही अभ्यासकर्ताहरूले वर्षौं अभ्यास गरे पनि प्रगति हाँसिल गर्न सकेका हुँदैनन। उसको भित्री मनले नै मैले कुनै पनि प्रगति

गर्न सकिन भन्छ। जब चाहनाहरू भौतिक रूपमा पूर्ति हुँदैनन् तर पनि मानसिक रूपमा पूर्ति भएकै सोची आनन्दको अनुभूति गर्नु महत्वपूर्ण कुरा हो। आफैप्रति इमान्दार बन्नु महत्वपूर्ण कुरा हो, किनकि उसको आत्मा साक्षात्कार गर्ने आफ्नै बाटो छ। त्यसैले बाहिरी तत्वहरूले थोरै मात्र सहयोग पुग्छ। वास्तविक गुरु हामीभित्र हुनुहुन्छ। बाहिरी गुरुले त थोरै मात्र सहयोग गर्नुहुन्छ। गुरुले शिष्यलाई यस्तो अवस्थामा राख्नु हुन्छ जहाँ इन्द्रिय र मन उन्मत्त अवस्थामा हुन्छन्, तर पनि गुरुले इन्द्रिय र मन नियन्त्रण गर्न प्रेरणा दिनुहुन्छ। वास्तविक अभ्यासकर्तालाई मात्र लामो यात्राका कठिनाईहरू थाहा हुन्छन्। योगमा प्रत्याहार, साम र दाम जस्ता बाँधहरू बनाइन्छ, जसले आध्यात्मिक पानीलाई चुहिनबाट रोक्न सक्छन् (कृष्णानन्द, मिति नखुलेको)। गुरुले शिष्यलाई तालिम दिन यस्तो अवस्थामा राख्नु हुन्छ र जसबाट उसका भित्री र बाहिर कत्ला र मैला हटछन् र आध्यात्मिक व्यक्तित्व टल्किन्छ। वहाँहरूले शिष्यलाई आर्शिवाद, मौका र बल प्रदान गर्नु हुन्छ, जसबाट शिष्यलाई वाधा अडचनहरू पारगर्न सहयोग मिल्दछ। यो एक प्रकारको अभ्यास हो जसले व्यक्तिको क्षमता वृद्धि गर्न सहयोग मिल्दछ। कोही भन्छन्, आत्म नियन्त्रण गर्न गुरु आवश्यक छ, अरू भन्छन् साँचो गुरु त व्यक्ति आफैभित्र रहन्छ र उसले नै सफलता तिर डोऱ्याउँछ। बाहिरी गुरुले प्रक्रियालाई सरल पार्नु हुन्छ भने भित्री गुरुले सही गन्तव्यमा पुऱ्याउन डोऱ्याउनु हुन्छ।

आध्यात्मिक मार्ग कुनै परियोजाको वार्षिक कार्यतालिका वा विद्यालयको परीक्षाको तालिका जस्तो होइन। अर्को चरण तब शुरु हुन्छ जब पहिलो चरणहरु सफलतापूर्वक पूरा हुन्छन्। अभ्यासको लागि निश्चित समय छ तर पनि कसैले चाँडो र कसैले ढिला गरी चरण पुरा गर्छन्। किनकि व्यक्तिको मनमा जम्मा भएको अपवित्रता र मैलो व्यक्तिअनुसार फरक फरक परिमाणमा हुन्छ। उनीहरूले गर्ने ध्यानको प्रवलता समेत व्यक्ति नै पिच्छे फरक फरक हुन्छ। यो अभ्यास प्रधानता विधि हो, त्यसैले यसको छुट्टै पाठ्यक्रम र प्रशिक्षण सामग्री र पाठ्यपुस्तक पनि हुँदैन। उपनिषदले भन्छ, जसले होसियारी बिना आध्यात्मिक तलाऊमा फाल हान्छ उसलाई पुनः उत्रेर पौडी खेल्न कठीन हुन्छ (कृष्णानन्द)। फलान्न सजिलो हुन्छ अझ फलान्दा आनन्द पनि

आउँछ, तर पुनः उठेर आध्यात्मिक तलाऊमा पौडन कठीन हुन्छ । नचिकेता (सनातन) र सालोमन (इसाई) दुवै परीक्षामा पास हुनुभयो, त्यसैले वहाँहरूले सच्चा ज्ञान पाउन सक्नुभयो । वहाँहरू दुवै धन, सम्पत्ति, आयु, सम्मानका पछाडि लाग्नु भएन । वहाँहरूले मनभित्र रहेका अपवित्रता र फोहर मैलालाई भष्म् गर्न सर्वव्यापी आन्तरिक अग्निको इच्छा गर्नुभयो । वहाँहरूले हृदयभित्रको अन्धकार र मनभित्रको अज्ञानतालई हटाउन सर्वव्यापी प्रकाशको चाहना गर्नुभयो र सफल समेत हुनुभयो ।

अनुभवद्वारा ज्ञान प्राप्त गर्न व्यक्तिले सही मार्गमा हिड्नु पर्छ । अरू व्यक्ति वा स्थानको कठिनाईहरूलाई पनि बुझ्नुपर्छ । कुन अत्यावश्यक र कुन मोह हो बुझ्न जरुरी छ । एकजनाको अत्यावश्यक अर्को जनालाई मोह वा विलासी कुरा हुन सक्छ । त्यस्तै एकजनाको विलासी कुरा अर्काको लागि आवश्यकीय कुरा बन्न सक्छ । जब तपाईले यो मोह हो वा विलासी कुरा हो भनेर बुझ्नु हुन्छ । त्यसो भयो भने तपाई तल झर्नु हुन्न आध्यात्म मार्गमा माथि चढ्दै जानुहुन्छ । तिनीहरू नबुझेसम्म मात्र मोह हुन्छन । तपाईंले आफ्ना शत्रुहरू चिन्नु भो भने सतर्क हुनुहुन्छ । उनीहरू मखुण्डो लगाएर आउँछन् त्यसैले तपाईले मोहलाई चिन्नुहुन्न । मोह भनेको पनि शत्रु नै हो ।

सनातन धर्ममा यज्ञमा मात्र नचिकेता अग्नि नभएर हरेक मानिसको हृदयमा त्यो अग्नि पाउँछौं । नचिकेताको अग्निले मन र हृदयमा भएको अपवित्रता र फोहरहरूलाई भष्म गरिदिन्छ (कृष्णानन्द) । इसाई धर्ममा पनि आन्तरिक अग्नि हरेक व्यक्तिभित्र पाइन्छ । जसले मानिसभित्र रहेका फोहर मैला नष्ट गर्छ र मानवीयताको विषयमा अरूलाई सहयोग गर्न झकझकाई रहन्छ । मनभित्रको अपवित्रतालाई नष्ट गर्न सही मार्ग निर्देशनको जरुरत पर्छ (जोन १६:१३, बाइबल) । जसरी प्रतिजैविकी औषधीले जीवाणु नष्ट गर्छ । त्यसैगरी आध्यात्मिक अग्निले पनि अपवित्रतालाई नष्ट गर्छ । इसाई धर्मको आन्तरिक अग्नि र सनातन धर्मको नचिकेता अग्नि भनेको एउटै हो । यी दुईमा कुनै फरक छैन, छ भने नाम मात्र फरक छ ।

ईस्लाम र सनातन धर्मबीच धेरै कुरामा समानता छ । दुबै आस्थामा सबै चीजहरू ईश्वरले नै सिर्जना गर्न भएको हो भनिन्छ । यसले सबै शंकाहरू निवारण गर्दछ । जहाँ जहाँ फरक छ, त्यसलाई पनि वेदान्तमा उल्लेख गरेअनुसार समाधान गर्नुपर्छ (नसीमई दवात रुहनी खाजा इन १९-३८७) । भगवानले नै जीवात्मा/परमात्मा बनाउनु भएको हो । आत्माको विषयमा इस्लामी व्याख्या "पवित्र पैगम्बरको आध्यात्मिक उदय" भन्ने अध्यायमा गरिएको छ । जसलाइ सफी (सफा) सिद्धान्त भनेर पनि चिनिन्छ (सोलिहु, २००९) । इस्लाम धर्मको लक्ष्य शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु नै हो । यही लक्ष्य प्राप्त गर्न संसारिक भौतिक वस्तुको परित्याग गरी स्वर्गीय स्टेशनमा जोड्नुपर्छ (अहमद, २००५ क) । पूर्ण जाग्रित बुझ्नका लागि मेराजको यात्रा स्थूल शरीर साथ नभएर सूक्ष्म शरीरबाट उच्चतम दृष्टिका साथ गरिएको थियो । जसमा पूर्ण जागरणको वर्णन गरिएको छ । यस्तो स्वर्गको यात्रा आफ्नो आत्माको प्रकाशसहित सूक्ष्म शरीरका साथ भएको भनी वर्णन गरिएको छ (अहमद, २००५ ग) । गुरुले असल शिक्षार्थीलाई प्रश्न गर्न प्रोत्साहन गर्नुहुन्छ र सही मार्गनिर्देश गर्नुहुन्छ । इस्लाम वा अन्य सबै आस्थाहरूमा धर्मदूत वा पैगम्बरले देखाउनु भएको बाटोलाई अनुशरण गर्न जरुरी छ । पतन्जली, दलाई लामा र अन्य ऋषिहरूले उपयोगिताका आधारमा परिमार्जन गर्दै ल्याउनु भएको मात्र हो ।

आध्यात्मिक अभ्यासका लागि समाधिमा रहनु र नैतिक गुण अथवा शीलहरूको पालन गर्न जरुरी छ । भित्री गुणहरू, अथवा पारमिता हुन जरुरी छ । व्यक्तिमा कुनै पनि आक्रामणको मुकाविला गर्ने भित्रीगुण हुन्छ त्यसलाई साहस भनिन्छ (अहमद, २००५ ग) । त्यसैलाई बुद्धधर्ममा वीर्य पारमिता वा उत्साह पारमिता भन्दछौ । जब व्यक्ति आध्यात्मिक बाटोमा अगाडि बढ्न साहस लिन्छ त्यो नैतिक गुण हुन्छ । व्यक्तिले कहिलेकाही हिंसक शासकबाट शासित व्यक्तिलाई जोगाउन कोशिस गर्छ, भोका तथा नाङ्गाको लागि केही बन्दोबस्ती गर्छ वा त्यस्तै तरीकाले मानव उपकारी कार्य गर्छ, त्यसलाई हामी इसाई धर्ममा दया भन्दछौं । कहिलेकही गलत काम गर्ने व्यक्तिलाई दण्ड दिन्छ वा गलत कामको भर्सना गर्छ । यसलाई हामी प्रतिकार भन्दछौं । कहिलेकाहीँ व्यक्तिले आक्रमण गर्छ तर उसले आक्रमणको बदला लिँदैन, त्यसलाई क्षमा

अथवा धैर्यता भन्दछौं । कहिलेकाहीँ व्यक्तिले आफ्नो मष्तिस्क, हात, हृदय र धन मानिसको भलाईको लगाउँछ, त्यसलाई हामी परोपकार भन्दछौं (अहमद, २००५ ग) । जब व्यक्तिले सबै गुणहरु प्रयोग गर्छ, त्यसलाई नैतिक गुण वा छ पारमिताहरु उपयोग भन्दछौं । यी नैतिक गुणहरूले उच्च नैतिक गुणमा पुऱ्याउछन् र उच्च नैतिक गुणहरूले मुक्तिसम्म पुऱ्याउँछन् ।

मैले मुक्तिको बारे मुख्य आस्थाहरू बीच कुनै अन्तर पाइन । फरक पाइयो, त केवल शब्दहरूमा । कसैले यसलाई आत्मा साक्षात्कार, कसैले निर्वाण, कसले मुक्ति भन्दछन् । मेरो बुझाइमा मानिस तटस्थ हुनु वा लोभ, मोह द्वेषबाट अलग हुनु, आत्मा र शरीरलाई फरक फरक देख्नु, जन्म, मृत्यु, सुख, दुःखबाट मुक्त हुनु भनेकै मुक्ति वा परिनिर्वाण प्राप्त गर्नु हो ।

१.९ सन्दर्भसूची

अहमद, एच.एम.जी. (२००५ क). इस्लामको सार, भाग १, अंग्रेजीमा अनुवादित, क्वाडिनका हदरथका मिर्जा गुलावको लेखन, भाषण, उद्घोषण र छलफलको उद्धरण, हदरथ मिर्जा मसरुर अहमद ।

अहमद, एच.एम.जी. (२००५ ग). इस्लामको सार, भाग ३, अंग्रेजीमा अनुवादित, क्वाडिनका हदररका मिर्जा गुलावको लेखन, भाषण, उद्घोषण र छलफलको उद्धरण, हदरथ मिर्जा मसरुर अहमद ।

अइभर, एन.भी. (१८९८). वेदान्त, अध्ययनका केही कारणहरू. वेदान्तका पक्षहरू । जी.ए. नतेसान र कम्पनी । http://www.vivekananda.net/PDFBooks/Aspects_of_the_Vedanta.pdf

अलनजर, एच.(२००७). विश्वासका ३ तहहरू : इस्लाम, ईमाम, इहसान । http://www.aljazeerah.info/Islamic%20Editorials/2007/May/Three%20Levels%20of%20Faith%20Islam,%20Iman,%20and%20Ihsan%20By%20Hassan%20El-Najjar.htm

व्रान्ट, पि. (२०१५). आध्यात्मिक धर्मशास्त्र । http://brantpitre.com/documents/printable_outlines/spiritual.pdf

बोधी, भि. (२०१५).दान, दिने साधना ।
http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/
फोर्वेस, आर. (२०१२). ध्यानको हातेपुस्तिका । इटरनिटी लिंक ।
फ्राइसेन, टि. (२०१४). तरङ्गमा चढ्नु, भाग २, तपाईंको जीवनलाई कसरी नियन्त्रण गर्ने, एक पटकमा एउटा मात्र आवेग, बालबोवा प्रेस ।
गान्धी, एम.के. (२०११). कार्यमा आश्रमको पालना, गुजरातीबाट अंग्रेजीमा अनुवादित । नवजीवन प्रकाशन गृह, भारत ।
हार्डी, आर.एस. (१९५३). बौद्ध धर्मको हाते पुस्तिका, मुन्सी राम मोहनचन्द्र प्रकाशन, नयाँ दिल्ली ।
खान, एम.एम. (१९९७). सन्ह अल वुखारीको अरविकबाट अंग्रेजीमा अनुवाद । भाग १, दारुस सलाप।
कृष्णानन्द (१९८४). छान्दोग्य उपनिषद् माथि टिप्पणी । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, शिवानन्द आश्रम, ऋषिकेश भारत ।
www.swami-krishnananda.org
कृष्णनन्द (१९८२). कठोपनिषदको गोप्य सार । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, शिवानन्द आश्रम ऋषिकेश भारत ।
www.swami-rishnananda.org/esoteric.katha/The.Esoteric .Significance.of.the.Kathopanishad.pdf
कुमारासिटी, ए. (२००४). अंगुलीमाला । बुद्धधर्म शिक्षा संघ, मलेसिया ।
http://www.buddhanet.net/pdf_file/angulimala6.pdf
लामा, डि. (१९९९). नयाँ सहस्राब्दीको आचार । रिभरहेड बुक । पन्गुइन पुतनम प्रकाशन न्यूर्योक ।
लेविज, टि.टि., तुलाधर, एल.आर. (२०००). नेपालको वर्णन र नेवारी विधिबाट प्रसिद्ध बुद्धधर्मबारे मूललेख ।
elibrary.ibc.ac.th/files/private/Popular%20Buddhist%20Texts%20from%20Nepal%20 Narratives%20and%20Rituals%20of%20Newar%20Buddhism.pdf
म्याक ग्रेगर, आर.पी. (२०१५). आध्यात्मिक अर्थशास्त्र ।
महाथेरा, भी.एन. (१९८०). बुद्ध र उनको शिक्षा । बुद्धधर्म शिक्षा संघ ।

मुलर, एम (१८७९). उपनिषद भाग २ (एस.वि.ई. १५). ।
ओशो, (१९८५). कृपा देखि निर्वाण सम्म, अङ्ग्रेजी संस्करण ।
www.oshorajneesh.com/download/osho-books/responses_to_questions/From_Misery_to_Enlightenment.pdf
परमानन्द (१९१९). उपनिषद माथि टिप्पणी । अंग्रेजीमा अनुवादित । वेदान्त केन्द्र, वोस्टन, अमेरिका।
पटेलसाहव, (१९९९). आषिक इसावदिक, अल्लाह प्रतिको सच्चा प्रेम (ताला) हदरथको भाषण भाग१ ।
http://yunuspatel.co.za/downloads/AASHIQ-e-sawdiq-1.pdf
पिकेन, जी. (२०११). इस्लाममा आध्यात्मिक पवित्रता, अंल मुहासिवीको जीवनी र कार्यहरू । राउटलेज प्रकाशन ।
पिक्टहल, एम.एम. (१९७५). पवित्र कुरान । अंग्रेजीमा अनुवादित र मुहम्मद मार्महुकेबाट अर्थ समेत ।
पाइपर, जे. (२००३). जीवन खेर नफाल ! क्रसवे बुक्स ।
पावर, जे (१९९५). बुद्धको प्रज्ञा, सम्धीनिरोकन सूत्र । धम्म प्रकाशन ।
रवनिन्द (१९२०). मुण्डका र माण्डुक्य उपनिषद । श्री रामकृष्ण मठ,मद्रास ।
शर्मा, ए. (२००७). समकालीन भारतीय समाजमा आश्रमको सापेक्षता, एस.एस.आर.एन. विद्युतीय जर्नल अगस्ट ।
शिवानन्द (१९९६). विचार शक्ति । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, भारत ।
http://www.dlshq.org/download/thought_power.pdf
शिवानन्द (२००८). ब्रह्मसूत्र, आलेख, शब्द, शब्दको अर्थ । अंग्रेजीमा अनुवादित डिभाइन लाइफ सोसाइटी, भारत ।
http://www.swami-krishnananda.org/bs_0/Brahma_Sutra.pdf
सोलिहु, ए.के.एच. (२००९). बुद्धधर्म, इसाई र इस्लाममा अलौकिक आध्यात्मिक उदय : तुलनात्मक रहस्यवादको अध्ययन ।
स्वगलेर, आर. (१९९७). राजयोग । स्वामी विवेकानन्दद्वारा दिइएको भाषण सहित, पतञ्जलीका सूत्रहरू, टिप्पाणी र शब्दावली ।
वेदरस, ए.एम.जी. र कोफी, ए. (२०१५). आत्यात्मिक धारणाको विश्लेषण : विकासवादी उपगम । नर्सिङ फोरम २०१५ ।

www.ucc.ie/en/media/academic/medicineandhealth/graduateschool/ConceptAnalysisinNursingForum.pdf E

थोमस, ओ.सी. (२०००). समसामयिक इसाई अध्यात्मशास्त्रका केही समस्याहरू । इन्जीलिकन धर्मशास्त्रको समीक्षा ८२(२) २६७-२८१ ।

रिजार्ड, जे. (मिति नखुलेको), अष्टावक्र गीता, संस्कृतबाट अंग्रेजीमा अनुवादित ।

वोधीभिक्षू (१९९५) दान : दिने वानी । http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/

निखिलानन्द (१९८५). उपनिषद भाग ५, रामकृष्ण - विवेकानन्द प्रकाशन गृह, न्यूयोर्क ।

..........., जनक अष्टावक्र गीता । https://archive.org/details/AshtavakraGitaSanskritTextWithEnglishTransliterationTranslation_201506

..........., पवित्र बाइबल राजा जेम्स संस्करण, www.davince.com

...........,पवित्र बाइबल । लेटिन भूलगेटबाट मेहनतपूर्वक अंग्रेजीमा अनुवाद गरी हेब्रु, ग्रिक र अरु भाषामा समेत संस्करण गरिएको डुवे रिमस संस्करण १६०९, १५८२ ।

..........., आध्यात्मिक झरनाबाट सफाई ।

..........., नयाँ उखान र कहावत अंग्रेजी बाइबल ।

..........., धनी मानिस र लाजारुस भाग २८ को १९, बाइबल सम्बन्धी । http://biblia.com/bible/esv/Luke%2016.%2019-31

..........., व्यापारी शब्दकोश ।

अध्याय दुई
आध्यात्मिक चाहना र वर्गीकरण

"तपाईले प्राप्त गर्नका लागि जे प्राप्त भएको छ, त्यसलाई गुमाउनु पर्छ"

इमानला भान्जन्ट

२.१ चाहनाको वर्गीकरण

आध्यात्मिक अर्थशास्त्र कहिलेबाट शुरु भयो त्यो भन्न कठीन छ । सम्भवत मानवीयताको विकास सँगसँगै आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको पनि विकास भएको हुनुपर्छ । यसको अभ्यास चाहिँ करिब ईसा पूर्व ५००० वर्ष पहिले महाभारतकालमा भएको भेटिएको छ । राजा ययातिले सयौं वर्षसम्म भौतिक विलासी वस्तु र यौनको उपभोग पछि भन्नुभयो कि चाहनाहरूको कुनै सीमा छैन, एउटा चाहना सन्तुष्ट भयो अर्को पलाउँछ, त्यसलाई सन्तुष्ट गऱ्यो तेस्रो चाहना आउँछ । मानिस नमरुन्जेलसम्म नयाँ नयाँ चाहनाहरू आउँदै गर्छन् । मानिसले भौतिक चाहना सन्तुष्ट पार्न सक्दैन । "कुनै पनि भौतिक संसारका वस्तुहरूले मानिसलाई खुशी राख्न सक्दैन" (कृष्णानन्द, मिति नखुलेको) । वास्तवमा दुवै आध्यात्मिक र भौतिक अर्थशास्त्र राजा ययाति भन्दा अगाडि नै सुरु भएको हुन तर ययातिको शासनकाल देखिका आध्यात्मिक र भौतिक क्रियाकलापहरू चाहिँ अभिलेखमा भेटिएका छन् । एड्म स्मिथलाई अर्थशास्त्रका पिता भन्छौं, वास्तवमा राजा ययाति चाहिँ अर्थशास्त्रका हजुरबा हुनुहुन्छ, जसले मानव स्वभाव र भौतिक वस्तुबीचको सम्बन्धलाई प्रष्ट पार्नु भएको छ, सयौं वर्षसम्म विलासी वस्तु र यौनको उपभोग पछि भन्नुभो, यी सबै बेकार हुन्, यिनीहरूले मानिसलाई खुशी र सन्तुष्ट बनाउन सक्दैनन् । एड्म स्मिथले त मानव चाहना र धनको सानो पाटोलाई मात्र सार्वजनिक गर्नु भएको हो ।

सबै धार्मिक आस्थाहरूले चाहनालाई दुई भागमा विभाजन गरेका छन्, भौतिक र आध्यात्मिक चाहना । मानिस इन्द्रियजन्य चाहनाहरूको परिपूर्ति गर्न नै परिश्रम गरिरहेको हुन्छ । आधुनिक अर्थशास्त्रले चाहना पूर्तिका विषयमा नै प्रकाश पार्दछ। सजिलोसँग भन्दा आधुनिक अर्थशास्त्र इन्द्रियजन्य चाहना वा स्नायु कोषिकाले मागेका वस्तु र सेवा जुटाउनु नै तल्लीन रहेको हुन्छ । यसले भौतिक चाहना/इच्छालाई मात्र प्रकाश पार्दछ जस्तो कि वाहिरी आँखा, कान, नाक, जिब्रो र छालाले मागेका भौतिक वस्तुहरूमा प्रकाश पारेको छ । यसले प्रापकका स्नायुकोषिकाका इच्छाहरू मात्र परिपूर्ति गर्छ । यसले आध्यात्मिक इच्छा र यसको सन्तुष्टिको विषयलाई नजर अन्दाज गर्दछ । आत्मा वा परमात्माको इच्छालाई बेवास्ता गर्दछ । मानिस आफ्नो मन, चेतना र आत्माको विषयमा जान्न चाहन्छ । आध्यात्मिक ज्ञानको भोक हरेक मानिसमा हुन्छ । कुनैमा धेरै र कुनैमा थोरै भोक हुनसक्छ तर भोक विनाको मानिस हुँदैन । सबैमा भौतिक र आध्यात्मिक इच्छाहरू हुन्छन् । प्राचीन व्यक्तिहरूमा आध्यात्मिक चाहना वा आध्यात्मक ज्ञानको भोक तिर्खा धेरै थियो । त्यसैले त्यही भोक र तिर्खा मेटाउने क्रममा धेरै मेहनत गर्नुभयो । वेद, उपनिषद, बाइबल, त्रिपिटक र कुरान जस्ता बहु आध्यात्मिक कृतिहरूको सिर्जना गर्नुभयो । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले आध्यात्मिक चाहनालाई सन्तुष्ट गराउने क्रममा ज्ञानको उत्पादन गर्छ । अथवा यसले जीवात्मा र परमात्मालाई सन्तुष्ट गराउन प्रयत्न गर्छ । भौतिक चाहना चाँहि दोस्रो श्रेणीमा पर्दछन् ।

अघि नै भनियो कि मानिसमा भौतिक र आध्यात्मिक दुवै चाहनाको मिश्रण छ, त्यसैले दुवै चाहनालाई सन्तुष्ट गर्न जरुरी छ । आध्यात्मिक चाहना परिपूर्ति गर्न वा सन्तुष्ट गर्न समेत भौतिक वस्तु नभई हुँदैन । मानिस भौतिक वस्तु बिना बाँच्न सक्दैन । जस्तो कि गाँस, वास, कपास जीवनका लागि अपरिहार्य वस्तुहरू हुन् । केही अज्ञानी आध्यात्मिक अभ्यासकर्ताहरू धेरै दिनसम्म निराहार बस्छन्, लुगाफाटो खाना तथा छहारीलाई वहिष्कार गर्छन् । तर यो बिर्सिनु हुँदैन कि आत्मा राख्नका लागि पनि शरीर नभई हुँदैन । यदि गिलास नै भएन भने पानी वा दुध कसरी खाने । भाडा वर्तन भएन भने के मा दुध र पानी राख्ने? आत्मा राख्नका लागि पनि शरीर नभई हुँदैन । अर्को तिर “नास्तिक”

विचार पनि छ । उपभोक्ताहरू आफ्ना अनियन्त्रित भौतिक इच्छाहरू पूर्ति गर्न चाहिए भन्दा बढी वस्तु र सेवाको प्रयोग गर्दछ । यो उपभोक्तावादी भावना पनि राम्रो होइन । बाँच्न र आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त गर्न सीमित भौतिक वस्तुहरूको उपभोग गर्नु नै सबैभन्दा सजिलोसँग अर्थशास्त्रका समस्याहरू समाधान गर्नु हो । प्राचीन अनुसन्धानकर्ताहरूले प्रमाणीत गरिदिनु भयो कि सीमित भौतिक वस्तुहरूको प्रयोगबाट आध्यात्मिक ज्ञान हाँसिल गर्न सकिन्छ । त्यसैले संक्षेपमा यो भन्न सकिन्छ कि सीमित वस्तुहरूको उपभोगबाट आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

प्रज्ञा र ज्ञान प्राप्त गर्न र चेतनालाई विकास गर्न भौतिक वस्तुहरू अपरिहार्य छन् । यिनीहरूलाई बेवास्ता गरेर ज्ञान प्राप्त गर्न सकिँदैन । राम्रो उदाहरण भगवान बुद्ध, आफै हुनुहुन्छ, वहाँ लामो समयसम्म निराहार रही कठोर ध्यान गर्नु भो तर पनि ज्ञान प्राप्त गर्न सक्नु भएन । वहाँले बुझ्नु भो यस्तो कमजोर क्षीण शरीरद्वारा ज्ञान प्राप्त गर्न सकिँदैन । भौतिक स्वास्थ्य वा तन्दुरुस्ती बिना आध्यात्मिक प्रगति गर्न सकिँदैन । त्यसैले वहाँले दुवै नरम र खस्रो खाना लिन थाल्नु भो (महाथेरा, १९८०) । उपनिषदले भन्छ "अन्नमय आत्मा र प्राणमय आत्मा" जसको मतलव हो ज्ञान प्राप्त गर्न अन्न (भौतिक वस्तु) र बोध (आध्यात्मिक चेतना) दुवै आवश्यक हुन्छन् । यी दुईबाट मात्र परमानन्द प्राप्त हुन्छ । वास्तवमा चेतना आत्माको स्वभाव हो । भौतिक वस्तु र आध्यात्मिक चेतनालाई हामी भौतिकशास्त्रको सापेक्षवादको सिद्धान्तसँग तुलना गर्न सक्छौं । परिमाण (Mass) र प्रकाशबर्ग को संमिश्रणद्वारा भौतिक ऊर्जा उत्पादन भए जस्तै अन्न (भौतिक) र चेतनाको संमिश्रणबाट आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन हुन्छ । भौतिकशास्त्रको प्रकाशलाई आध्यात्मिकशास्त्रको "चेतना" सँग तुलना गर्न सक्छौं । त्यसैले उपनिषद्मा प्रज्ञाको रूपमा आत्माको वर्णन गरिएको छ ।

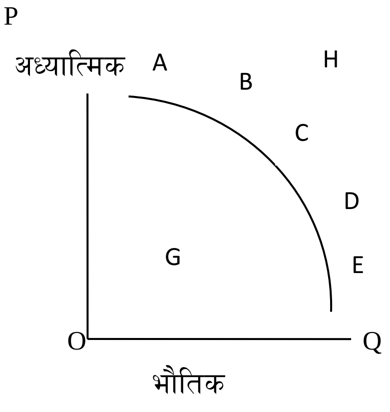
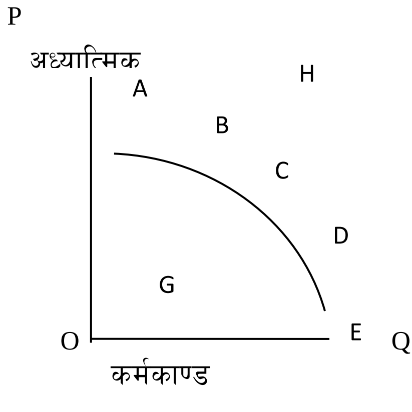
आत्मालाई शरीरमा राख्नका लागि अन्न र प्राण दुवै उत्तिकै महत्वपूर्ण छन् । अर्को शब्दमा कर्म योग र ज्ञान योग दुवै उतिकै महत्वपूर्ण छन् । धेरै आध्यात्मिक व्यक्तिहरू शरीरलाई वेवस्ता गर्छन् तर यो आध्यात्मिक विकासको लागि अपरिहार्य छ । आध्यात्मिक विकासको

लागि शरीर मन र आत्माको संगम आवश्यक हुन्छ । आध्यात्मिकता साध्य हो भने भौतिक वस्तुहरू साधनहरू हुन् (महाथेरा, १९८०) । बाइबलले पनि यही सन्देश दिन्छ। ईश्वरले मानिसलाई भौतिक वस्तुहरू खरिद गर्न भन्नु भएको छ तर त्यो असीमित इच्छापूर्तिको लागि होइन (अध्याय ४२:२ बाइबल)। सबै आस्थाहरूले भौतिक वस्तुको चाहनालाई सीमित गर्न र विलासी वस्तु उपभोग नगर्न सल्लाह दिन्छन् । किनकि यिनीहरूले स्नायुकोष र इन्द्रियजन्य इच्छाहरूलाई मात्र सन्तुष्टि दिन्छन् र आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाको इच्छापूर्ति गर्ने क्रममा अवरोध सिर्जना गर्दछन् । अर्कोतिर भौतिक वस्तुहरूको इच्छालाई नियन्त्रण गरियो भने आर्थिक विकास सम्भव हुँदैन । त्यसैले आर्थिक विकासमा इच्छाहरूलाई नियन्त्रण गरिँदैन । तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले भौतिक र आध्यात्मिक इच्छाको ठीक संयोजन गर्न सिकाउँछ। यसले भौतिक वस्तुको इच्छालाई नियन्त्रण गर्न र आध्यात्मिक ज्ञानको इच्छालाई प्रर्वधन गरी सन्तुलन कायम गर्न सिकाउँछ । भौतिक वस्तुको इच्छा र आध्यात्मिक ज्ञानको इच्छाका बीच उल्टा सम्बन्ध छ । सामान्यतयाः जोसँग धेरै भौतिक इच्छा हुन्छ उसँग थोरै मात्र आध्यात्मिक इच्छा हुन्छ ।

एकजना व्यक्तिले A, B, C, D, र E बिन्दुमध्ये कुनै एक बिन्दु चुन्न सक्छ। यी बिन्दुहरूले आध्यात्मिक र भौतिक वस्तुको इच्छाबीचको सम्बन्ध देखाउँछन् । यस्तो रोजाइ उसले प्राप्त गरेको अभिमुखीकरणले वा धार्मिक आस्थाले निर्देश गरेको लक्ष्य र व्यक्तिको चाहनामा निर्भर रहन्छ । सुरुमा एउटा साधारण व्यक्तिले "E" बिन्दु रोज्छ धेरै भौतिक वस्तुको तथा थोरै आध्यात्मिक ज्ञानको चाहना हुन्छ । उसको आध्यात्मिक अभ्यासका कारण रोजाइका बिन्दु "E" बाट "D" बिन्दुमा सर्छ जहाँ भौतिक र आध्यात्मिक इच्छा बराबर हुन्छ। यो यस्तो संयोजन बिन्दु हो । जहाँ दुवै इच्छाहरू बराबरी आउन सक्छन् । आध्यात्मिक इच्छा बढ्दै गएपछि वा प्रशिक्षक स्तरको ध्यानको अभ्यासको कारण उसको रोजाइको बिन्दु परिवर्तन भै "B" बिन्दुमा आइपुग्छ । जहाँ धेरै आध्यात्मिक इच्छा र थोरै भौतिक इच्छाहरूको संयोजन भएको हुन्छ । भिक्षुहरू साधू सन्यासीहरूको धेरै इच्छा आध्यात्मिक हुन्छ तसर्थ वहाँहरूले "A" बिन्दु रोज्नुहुन्छ। उसले बिन्दु "A" भन्दा वायातिर रोज्नै सक्दैन । किनकि वहाँहरूमा थोरै भए पनि भौतिक इच्छा त हुन्छन् नै ।

ठुल्ठुला ऋषि महिर्षहरूले मात्र “H” बिन्दु रोज्न सक्नुहुन्छ किनकि वहाँहरूमा दुवै भौतिक र आध्यात्मिक इच्छा धेरै धेरै हुन्छ (चित्र ३A, ३B)

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा उत्पादन कार्य मस्तिष्कमा हुन्छ, त्यसैले मनका इच्छाहरूलाई नियन्त्रण गर्न जरुरी हुन्छ । भौतिक अर्थशास्त्रमा जस्तो नभएर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले वस्तुको इच्छाहरूलाई नियन्त्रण र आध्यात्मिक इच्छालाई प्रवर्धन गर्छ । मानिसहरू धनी मानी हुन पाऊँ । स्वास्थ्य रहन पाऊँ भन्ने कामनाका साथ पूजा आराधना गर्दछन्, किनी यसबाट फल चाडै प्राप्त हुन्छ । तर जब त्यो व्यक्ति योग र ध्यान तिर जान्छ, आध्यात्मिक प्रवचन सुन्छ उसमा भएको भ्रम हटछ र आध्यात्मिक इच्छा बढ्छ ।

चित्र नं. ३A: आध्यात्मिक र भौतिक चाहना	चित्र नं. ३B: आध्यात्मिक र भौतिक चाहना
	

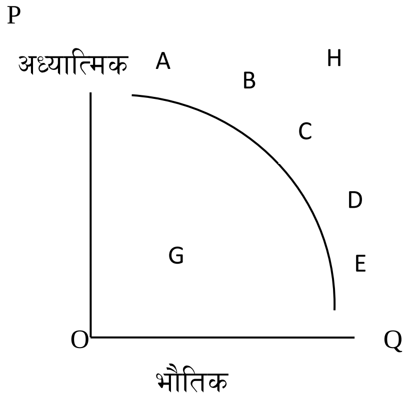
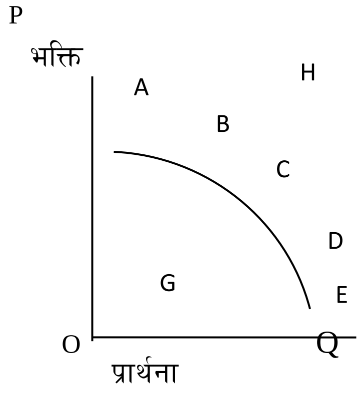
सबैको रोजाइ कर्मकाण्डबाट आध्यात्मिकतातिर बढ्छ, त्यसैले “C” बिन्दु रोज्न पुग्छ । जहाँ कर्मकाण्ड (पुजा र आराधन) र आध्यात्मिक इच्छा बराबरी हुन्छ आधा आध्यात्मिक र आधा कर्मकाण्डी हुन्छ । ध्यानको अभ्यासले उसको रोजाइ “B” बिन्दुमा पुग्छ । जहाँ धेरै आध्यात्मिक र थोरै कर्मकाण्डको इच्छा हुन्छ । ध्यानका अभ्यास बढदै

जाँदा रोजाइ "A" बिन्दुमा पुग्छ जहाँ अत्याधिक आध्यात्मिक र अति थोरै मात्र कर्मकाण्डका क्रियाकलापहरू हुन्छन् । त्यस्तै आध्यात्मिक क्रियाकलापहरूले आध्यात्मिक इच्छालाई सन्तुष्ट पार्छन् । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा भौतिक वस्तुको इच्छालाई नियन्त्रण गरिन्छ र सीमित बनाईन्छ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको प्राथमिक उद्देश्य भौतिक इच्छालाई नियन्त्रण र आध्यात्मिक इच्छालाई प्रवर्धन गरी इच्छाहरू बीच सन्तुलन कायम गर्नु हो । जसले यी दुई इच्छालाई सन्तुलन राख्छ उसले सफलता प्राप्त गर्छ ।

त्यस्तै उमेरको परिपक्कता साथसाथै आध्यात्मिक परिपक्कता समेत बढ्छ । गृहस्थी अवस्थामा मानिसका बढी भौतिक र कम आध्यात्मिक इच्छाहरू हुन्छन् । वानप्रस्थ अवस्थामा धेरै आध्यात्मिक र थोरै भौतिक इच्छाहरूको संयोजन भएको हुन्छ । सन्यास अवस्थामा आध्यात्मिक इच्छाहरू अधिकाधिक हुन्छ र ज्यादै थोरै मात्र भौतिक वस्तुको इच्छा हुन्छ । तलको चित्रमा (चित्र नं. ३C) आध्यात्मिक व्यक्तिले "D" र भौतिक व्यक्तिले "A" बिन्दु रोज्छ । तर ती बिन्दुहरू समय चाख र अभिमुखीकरण सँगसँगै रोजाइहरू परिवर्तन हुँदै जान्छन् (चित्र नं. ३C) । याद गर्नुहोस् "D" भन्दा दायाँ र "A" भन्दा वायाँ कसैको पनि रोजाइ हुन सक्दैन । किनकि भौतिकवादी व्यक्तिमा समेत सुषुप्त अवस्थामा थोरै आध्यात्मिक इच्छाहरू र आध्यात्मिक व्यक्तिमा पनि अति थोरै भौतिक इच्छाहरू हुन्छन् । जतिसुकै दयाहीन वा निर्मम व्यक्तिमा पनि थोरै आध्यात्मिक इच्छा हुन्छ । त्यस्तै जति नै ठूलो आध्यात्मिक व्यक्तिमा पनि थोरै भौतिक इच्छा त हुन्छ नै । किनकि भौतिक वस्तु बिना बाच्न सकिँदैन सबै भौतिक र सबै आध्यात्मिक इच्छाहरूको रोजाइ सम्भव छैन् । यस्तो अतिरंजित इच्छा त विरलै र क्षणिक मात्र पाइन्छ । इच्छाहरूको नियन्त्रण र परिवर्तन आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको विषयवस्तु हुन् । प्रार्थना र भक्तिको संयोजित इच्छा बिन्दु "D" र "A" भन्दा बाहेक हुन सक्छन् । जहाँ सबै प्रार्थनाका इच्छा वा सबै भक्तिका इच्छा वा सबै ध्यानका इच्छाहरू हुन सक्छन्(चित्र ३D) ।

कठोपनिषदका अनुसार आध्यात्मिक इच्छाहरू दुई प्रकारका हुन्छन्, जीवात्मा सन्तुष्ट गराउने र परमात्मालाई सन्तुष्ट गराउने ।

औसत व्यक्तिहरूको इच्छा जीवात्मा र परमात्मालाई खुशी गराउनु नै रहेको हुन्छ । यी दुई इच्छाहरू परस्पर विरोधी होइनन् वरु परिपुरक हुन । दुवै मानिसका मनमा रहन्छन्, र राम्ररी समन्वय भएर रहेका हुन्छन् ।

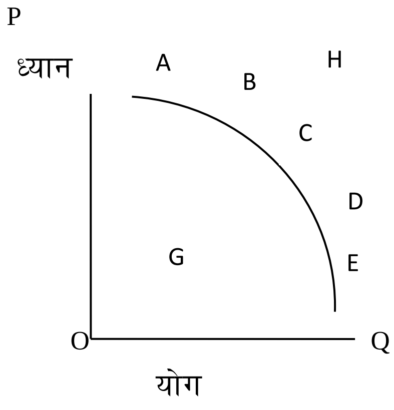
<table>
<tr><td>चित्र नं.३ C: आध्यात्मिक र भौतिक चाहना</td><td>चित्र नं.३ D: भक्ति र प्रार्थना चाहना</td></tr>
<tr><td>
</td><td>
</td></tr>
</table>

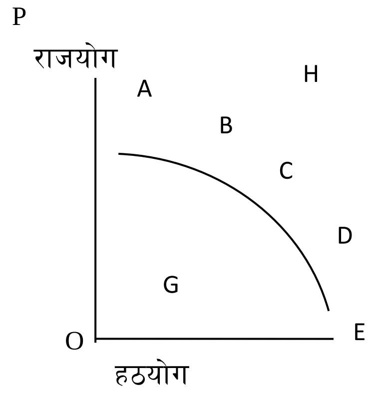
सबै आस्थाले यो मन्जुर गरेका छन्, कि जीवात्मा परमात्माको अंश हो । आत्माका विषयमा दुई वटा विचार छन्, आस्तिक र नास्तिक । “नास्तिक” अथवा “चार्वाक” का अनुसार शरीर जीवित रहँदासम्म मात्र जीवात्मा पनि जीवित रहन्छ (भट्टाचार्य, २०१३) । त्यसैले ऋण काडेर पनि घीऊ किनेर खाऊ” भन्ने उखान चल्न गयो । आस्तिकहरू आत्मा अमर छ, सनातन छ, अविभाज्य, अविनाशी छ र देहान्तर गर्दछ भन्नेमा विश्वास गर्दछन् । जीव आत्मा परमात्माको निर्देशानुसार काम गर्छ । त्यसैले दोस्रालाई (परमात्मा) खुशी गराउने विषयले नै प्राथमिता पाउँछ ।

सबै पूर्वीय ऋषि मुनीहरूले विलासी वस्तुको उपभोगलाई तिजान्जली दिए र आध्यात्मिक इच्छाको सन्तुष्टिको लागि नै कर्महरू गरे । बुद्धधर्ममा “शील” पालनले ठूलो महत्व राख्छ । चाहे “पञ्चशील”

होस् वा “अष्टशील” दुवैले विलासी वस्तुको इच्छा र हिंसाको इच्छालाई तिलान्जली दिइएको छ । ध्यान र योगका इच्छाहरूको संयोजन फरक फरक हुन्छ तर कुनै एक ध्रुव व्यक्तिको रोजाइ हुदैन, किनकि यिनीहरू दुवैले आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त गर्ने क्रममा सहयोग पुऱ्याउँछन् (चित्र ३ E) ।

चित्र नं.३ E: ध्यान र योग चाहना	चित्र नं.३ F: राजयोग र हठयोग चाहना





विपासनाको इच्छा यही अवस्थामा आउँछ जहाँ धेरै ध्यानको इच्छा र थोरै मात्र योगको इच्छा हुन्छ। प्रत्येक व्यक्ति व्यक्तिमा भौतिक र आध्यात्मिक इच्छाहरूको संयोजन फरक फरक हुन्छ । कसैमा बढी राजयोग र कम हठयोग (शारीरिक योग) कसैमा धेरै हठयोग र कम मात्र राजयोग हुन्छ। हरेक व्यक्तिको सही संयोजनको परिभाषा फरक फरक हुन्छ। कसैको अनुभव धेरै राजयोग र थोरै हठयोग सही संयोजन हो भने कसैको अनुभवमा बढी हठयोग कम राजयोग वा कसैको अनुभवमा दुवैको बराबरी नै सही संयोजनको परिभाषा हुनपुग्छ (चित्र ३ F) ।

शुरुमा कुनै व्यक्तिले बढी हठयोग र कम राजयोग को संयोजित इच्छा रोज्छ (चित्र ३ F) । राजयोगले एकाग्रता तर्फ डोऱ्याउँछ । आफ्नै

अनुभवको आधारमा उसले बिन्दु "C" रोज्दछ जहाँ राजयोग र हठयोगको इच्छा बराबरी हुन्छ, शारीरिक योग र राजयोगको इच्छा बराबरी हुन्छ । केही वर्षको राजयोगको अभ्यासको कारण उसको इच्छा बिन्दु "B" मा आइपुग्छ जहाँ धेरै राजयोगको इच्छा र थोरै मात्र हठयोगको इच्छा हुन्छ ।

२.२ आध्यात्मिक चाहनाको वर्गीकरण

आध्यात्मिक चाहनालाई सामन्यतया दुई भागमा बाँड्न सकिन्छ, जीवात्मा खुशी बनाउने चाहना र परमात्मालाई खुशी बनाउने चाहना । हुन त धर्म निरपेक्षीहरू यी दुवैभन्दा पनि असल मानवीय गुणहरू प्राप्त गर्ने चाहनालाई प्राथमिकता दिन्छन् । तर धार्मिक अध्यात्मवादका अनुसार पहिला दुई चाहना सन्तुष्ट गराउन नै सारा आध्यात्मिक क्रियाकालपहरू गरिन्छन् ।

जीवात्मा सन्तुष्ट पार्ने इच्छाः प्रत्येक व्यक्ति असल दैविक र भगवानको पूर्ण अनुयायी बन्न चाहन्छ । जसको कारण भगवानले जे भूमिका अह्राउनु हुन्छ त्यही पुरा गर्छ । त्यसैको कारण उसले भगवानलाई आफैंभित्र पाउँछ र हरेक कर्म भगवानकै अनुकम्पाले भएको मान्छ (चिन्मोइ, २००४) । जीवात्मा व्यक्तिमा रहन्छ जस्तो कि अर्जुन र लाजारुसमा जीवात्मा रहन्छ भने परमात्मा ईश्वरसँग मात्र हुन्छ । जीवात्माको छुट्टै अस्तित्व छैन । परमेश्वर आत्माको पनि स्रोत हो । एकजनाको आत्माले जे भन्छ त्यही कर्म गर्छ । व्यक्ति ईन्द्रीयजन्य इच्छा पूर्तिको लागि मात्र काम गर्दैन । व्यक्तिले आत्मालाई सन्तुष्ट गर्न पनि काम गर्छ । कोही भन्छन् जीवात्मानै परमात्मा प्राप्त गर्ने माध्यम हो । जब जीवात्माहरू खुशी हुन्छन् अनि मात्र परमात्मा पनि खुशी हुन्छन्, किनकि अंशहरू खुशी भएपछि पूर्णभाग पनि खुशी हुन्छ । त्यसैले जीवात्मालाई सन्तुष्ट पारेमा यसले परमात्मालाई पनि खुशी पार्ने तिर लाग्छ ।

त्यस्तै चाहनाहरूलाई कर्मकाण्ड र आध्यात्मिक भनी दुई भागमा विभाजन गर्न सक्छौं । आत्मालाई खुशी बनाउने कार्य आध्यात्मिक हुन्छ । त्यो ध्यान हुन सक्छ, योग, समर्पण, भक्ति अथवा प्रार्थना जे पनि हुन

सक्छ। यी ईश्वरका नाममा जीवात्मालाई खुशी पार्न कै लागि गरिन्छन् । कसैले कुनै भगवानको नाम नै नलिई पनि सम्पन्न गर्छन् त्यसबाट पनि आनन्द प्राप्त हुन्छ । आफ्नै जीवात्मालाई सन्तुष्ट नगरीकन परमात्मालाई सन्तुष्ट गराउन सकिँदैन । ईश्वरकहाँ जानुभन्दा पहिले व्यक्तिको हृदय र मन कञ्चन सफा, निर्मल र शान्त हुनुपर्छ ।

बुद्धधर्म अनुसार मनमा रहेका अपवित्रताहरूलाई हटाई मन कन्चन र सफा हुनुपर्छ। बुद्ध धर्मालम्बीहरू ईश्वरलाई मान्दैनन्। तर पनि पुनर्जन्मलाई मान्छन्। ईश्वर भए पनि नभए पनि वा कुनै अदृश्य शक्ति वा केन्द्र भए पनि, नभए पनि त्यससँग जोडिन जरुरी छ। त्यस्तै ईश्वर कहाँ वा शक्ति केन्द्रमा जोडिनको लागि मन पूर्ण शुद्ध हुन जरुरी छ। व्यक्तिको आफ्नै आध्यात्मिक इच्छा पूर्ति हुन पनि जरुरी छ। जस्तो कि कामना नगरीएको भक्ति, ध्यान, योग, प्रार्थनाले व्यक्तिको मनलाई सफा गरिदिन्छ ।

ईश्वरलाई सन्तुष्ट पार्ने इच्छा

आध्यात्मिक शास्त्रले भन्छ, यदि परमात्मा सन्तुष्ट हुनु भयो भने जीवात्मा आफैं सन्तुष्ट हुन्छ, किनकि जीवात्मा परमात्माको अंश हो । तसर्थ आध्यात्मिक कार्यहरूको अन्तिम उद्देश्य परमात्मालाई खुशी गराउनु हो । आध्यात्मिक दुनियामा परमात्मा नै सबैभन्दा ठूलो र शक्तिशाली हुनुहुन्छ। पूर्वीय दर्शनमा शरीर, हृदय र मनले जति पनि क्रियाकलापहरू गर्छन् तिनीहरूको अन्तिम लक्ष्य परमात्मालाई सन्तुष्ट गर्नु नै हो। सनातन धर्मअनुसार कर्मको फल भगवानलाई अर्पण गर्नुपर्छ (प्रभुपाद, १९७२)। यसै सन्दर्भमा कसैले भगवानलाई खुशी बनाउन यज्ञ गर्छन्, कोही ध्यान गर्छन्, कोही दान र कोही भगवानको प्रार्थना गर्दछन् ।

मिश्रित इच्छानुसार आत्मा अदृश्य, अविनासी, अविभाजित, अनन्त हुनुहुन्छ । आत्मा र परमात्माको बास हाम्रो शरीरमै हुन्छ । जीवात्माले कहिल्यै परमात्मासँग वेमेलका कुरा गर्दैन, किनकि जीवात्मा परमात्माको अंश हो । त्यसैले सबै आस्थाहरू एउटै परमात्माको अस्तित्वलाई मात्र स्वीकार्छन्। त्यसैले जीवात्मा र परमात्मा बीच कुनै

सीमाना छैन । जीवात्माले परमात्माको इच्छाअनुसार काम गर्छ । त्यसैले मिश्रित इच्छाले जीवात्मा र परमात्मा दुवैलाई सन्तुष्ट बनाउँछ । जो धर्म निरपेक्ष छन् उनीहरूले गरीब, दुःखी, विधवा, विरामी र टुहुरा बालबच्चाहरूनै ईश्वरका जीउदा प्रतिनिधिहरू मान्छन् । उनीहरूलाई सन्तुष्ट बनाउनु भनेको नै ईश्वरलाई सन्तुष्ट बनाउनु हो, भन्दछन् । जे भने पनि मिश्रित इच्छाले मानिस, जीवात्मा र परमात्मालाई खुशी गराउन सकिन्छ । जो गृहस्थी आश्रममा हुनुहुन्छ मिश्रित इच्छा अपनाउनु हुन्छ । श्रीमद्‌भगवत गीता (३.४) का अनुसार मनलाई माझ्न जरुरी छैन किनकि भक्ति गर्दा स्वतः मन सफा हुन्छ । अर्को मतले भन्छ कि परमात्मालाई खुशी बनाउनु पूर्व जीवात्मालाई खुशी बनाउनु पर्छ भन्ने मान्यता राख्छन् । वास्तवमा जीवात्मा परमात्मा कै अंश भएकाले जीवात्मा खुशी भए परमात्मा खुशी हुनुहुन्छ । परमात्मा खुशी हुनुभयो भने जीवात्मा स्वतः खुशी हुनुहुन्छ । यी दुवैको छुट्टै अस्तित्व छैन्, दुवै एउटै हुन् । मिश्रित इच्छाले मानिस र परमात्मा दुवैलाई सन्तुष्ट गराउन सक्छ ।

इच्छा सन्तुष्ट पार्ने बाटाहरू

सबै निर्बाण प्राप्त गरेका वा मुक्ति प्राप्त गरेका आधुनिक ऋृषिहरू पूर्वीय महानुभावका अनुसार पूर्वेली मानिसको हृदय पश्चिमेलीको तुलनामा राम्रो छ । तर, बुझ्न के जरुरी छ भने पश्चिमेली मानिसहरूको मस्तिष्क पूर्वीयहरूको भन्दा धेरै राम्रो छ । सबै व्यक्तिहरू आत्मा - साक्षात्कार गर्न वा मुक्ति हुन चाहनुहुन्छ । तर, कसरी मुक्ति हुने ? यो नै सबै आस्थालाई धेरै सोधिने साझा प्रश्न हो । व्यक्तिमा भएको आकांक्षालाई बाहिर ल्याउनु पर्छ । आफूलाई समर्पित गर्नुपर्छ, त्याग गर्नुपर्छ र आफूलाई भगवानमा सुम्पन्नुपर्छ । यसो गरियो भने भगवान सन्तुष्ट हुनुहुन्छ । धेरै मानिसहरू आत्मा साक्षात्कार गर्न वा मुक्त हुन चाहनुहुन्न किनकि यसो गर्न त्याग र समर्पण हुन जरुरी छ । मुक्ति पाउन सातवटा गुणहरू हुन आवश्यक छन् । ती हुन्; प्रज्ञा, ज्ञान, बुझाइ , परामर्श, सहनशीलता, दया र डर । पहिला ४ वटा साँचो अर्थमा इसाई मन र बाँकी ३ इसाई चाहना हुन् ।

इस्लामले आत्मा पवित्र बनाउन अल्लाहको भक्ति गर्न सिकाउँछ । हामीले भौतिक संसारबाट छुटकारा लिएपछि मात्र अल्लाहबाट साँचो प्रेम पाउन सक्छौं । ईश्वरप्रतिको भक्तिले व्यक्तिलाई ठेलठाल गरी पवित्र दुनियाँ तिर लैजान्छ । पवित्र कुरानले भन्छ "अल्लाहमा भक्ति गर वहाँमै समर्पण होऊ, आफूलाई कोही चाहिँदैन । ती व्यक्तिहरूलाई कसैले आकाशबाट जवरजस्ती तल फ्याँकी दिए पनि वहाँका चराहरूले त्यस्ता व्यक्तिहरूलाई समाई हावासँगै उडाएर माथि लैजान्छन्" (कुरान, २२:३१) । भक्तिले चाहे त्यो बुद्धधर्मको (अष्टाङ्ग मार्ग), चाहे हिन्दू अथवा इस्लाम जुनसुकै बाटो अनुशरण गरोस त्यो मार्ग एउटै गन्तव्यमा पुग्छ । यस्तै कुरा कृष्णले अर्जुनलाई भन्नुभएको छ । कर्मयोग, भक्तियोग वा ज्ञानयोग जे गरे पनि एउटै हो, किनकि यी सबैले एउटै गन्तव्यतिर डोऱ्याउँछन् । अर्को शब्दमा "कर्मयोग" र सङ्ख्यायोग एउटै सिक्काका दुई पाटाहरू हुन् । उदाहरणका लागि म विद्यार्थी भएको बेला मेरा शिक्षक महोदयले गणितीय समस्या हल गर्न धेरै विधिहरू प्रयोग गर्न मलाई सिकाउनु हुन्थ्यो । जुन विधि प्रयोग गरेपनि उत्तर एउटै निस्कन्थ्यो । यही कुरा आध्यात्मिकतामा पनि लागु हुन्छ । जुन बाटो गए पनि एउटै गन्तव्यमा पुगिन्छ । मलाई परिनिर्वाण वा निर्वाण वा मुक्ति बारे "अनुभव" छैन त्यसैले म यस विषयमा हजुरहरूलाई बताउन सक्दिन । म "प्रज्ञा" वा वौद्धिक अवस्थाको नजिक पुगेको छु भन्ने मलाई लाग्छ । मैले विभिन्न धर्म, सम्प्रदाय र धर्म निरपेक्ष समूहद्वारा आयोजित ध्यान शीविरमा अभ्यास गर्ने मौका पाएँ जुन धर्म सम्प्रदायको नियम प्रयोग गरेर ध्यान गर्दा पनि शरीरमा उही विद्युतीय ऊर्जा, उही सम्वेदनाहरू पाएँ । मेरो मनमा उही दया, प्रेम र सहानुभूति प्रष्फुटन भयो । मैले मेरो इस्लामी साथीलाई सोधे वहाँले पनि उही सम्वेदना महशुस गर्नुभयो । जसप्रति भक्ति गरे पनि उही संवेदना महशुस भयो । कसैप्रति भक्ति नै नगरेर ध्यान गर्दा पनि उही सम्वेदनहरूको अनुभव भयो । व्यक्ति चाहे येसुमा भक्ति गरोस् चाहे अल्लाह, चाहे बुद्धको गरोस् वा शिवको वा कृष्णको अथवा अरु कसैको पनि हुन सक्छ मूल कुरा चित्त शुद्ध हुनुपर्छ ।

दुई जना कृषकहरू मुलाको वीऊ किन्न गएछन् । एउटाले मुलाको नाम थाहा भएकाले त्यो व्यापारी चिह्न भएको वीऊ ल्यायो । अर्को कृषकले चाहिँ व्यापारी नाम थाहा पाएन । विक्रेताले अर्को

कृषकलाई पनि त्यही बीऊ दिएर पठाए । दुवैले मेहनत गरेर खेती गरे नाम नजान्ने र नाम जान्ने दुवैको बारीमा उस्तै मूला फल्यो । कसैप्रति भक्ति गरी वा कसैप्रति भक्ति नगरी ध्यान गरेमा अनुभव गरेको सम्वेदना उही हो, पाउने ज्ञान (दया, प्रेम र सहानुभूति) पनि उही नै हो । धार्मिक आस्थाको वा निरपेक्ष बाटो हिडे पनि पुगिने ठाउँ एउटै हो ।

आध्यात्मिक चाहना पूर्ति गर्ने बाटा फरक फरक हुन सक्छन् । सबै बाटाहरू उत्तिकै राम्रा छन् र सर्वशक्तिमानसँग जोडिएका छन् । जुनबाटो हिंडे पनि पुगिने स्थान एउटै हो । मेरो विनम्र अनुरोध जुनबाटो तपाईंलाई उचित लाग्छ त्यही बाटो हिड्नुहोस् । निरपेक्ष बाटोबाट पनि त्यही स्थानमा पुग्न सकिन्छ । आजकल हरेक आस्थाले दावी गर्छन् कि यो बाटोबाट मात्र मुक्ति पाउँछौं । मेरो धारणामा जुनसुकै बाटो हिँडे पनि मुक्ति पाउँछौं । सबै बाटाहरू उतिकै राम्रा छन् । इस्लामी साथी भन्नुहुन्छ तपाई आफ्नो आत्मालाई पवित्र बनाउन सही विश्वासको बाटो हिड्न पर्छ । इस्लामले मात्र तपाईलाई सृष्टि गर्ने सर्वशक्तिमान बारे र आत्माको बारेमा सही ज्ञान दिन्छ । सनातन धर्मले र इसाई धर्मले पनि आ-आफ्नो धर्मले मात्र सहीज्ञान र सहीमार्ग प्रदान गर्छ भनी दावी गर्छन । वास्तवमा सबै मार्गहरू सही हुन । सबै मार्गले उही गन्तव्यमा पुग्याउँछन् ।

तालिकाबद्ध वा दोहोऱ्याई तेहेऱ्याई गरिने आध्यात्मिक कार्यले ठूलो महत्व राख्दछ । त्यसैले लामो समयसम्म अभ्यास गर्नुले आध्यात्मिकतामा महत्व राख्छ । इसाई, इस्लाम र सनातन धर्ममा दैनिक भक्ति अत्यावश्यक छ । यसले व्यक्तिलाई भगवान नजिक पुऱ्याउँछ । तर हिजो आज प्रविधिको विकासको कारणले संगीतको धुनमा नाच्नु हुन्छ । वहाँहरू ध्यानमा पनि म्यूजिक सुन्नुहुन्छ । तनावबाट छुटकारा लिन म्यूजिक सुन्नुहुन्छ । योग गर्नुहुन्छ र कसैकसैले रेकीको अभ्यास गर्नुहुन्छ । कसैले म्यूजिक प्रयोग गर्नुहुन्छ, कसैले गर्नुहुन्न । कसैले ध्यान केन्द्रित गर्ने वस्तुको प्रयोग गर्नु हुन्छ, कसैले गर्नुहुन्न । गरे पनि हजुर त्यही गन्तव्यमा पुग्नुहुन्छ नगरे पनि त्यही गन्तव्यमा पुग्नुहुन्छ ।

कर्मकाण्डीका इच्छाहरू सबै आस्थाहरूमा सन्तुष्ट गराइन्छन् । एकजना इस्लामी साथी दैनिक पाँच पटकको प्रार्थनाबाट अल्लाहमा समर्पण गरेर आनन्द प्राप्त गर्नुहुन्छ । सनातन धर्मका साथी भगवान शिवको प्रार्थना र आराधना गरेर आनन्द प्राप्त गर्नुहुन्छ। मुश्लिम साथीले अल्लाहमा प्रार्थना गरी आनन्द प्राप्तगर्दा इसाई साथीले चित्त दुखाउनु, इसाई साथीले येसुको प्रार्थना गरेर आनन्द प्राप्त गर्दा वैदिक सनातन धर्मका मित्रले दुःख मनाऊ गर्नु सोह्रै आना गलत हो। वास्तवमा ईश्वर एउटै हुनुहुन्छ। वहाँको नाम विभिन्न भाषामा फरक भएको मात्र हो। सबैको साझा उद्देश्य दिगोशान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु नै हो।

कसैकसैले भन्छन्, म्यूजिक सुन्नुभन्दा तपाईका कानलाई कुरान, गीता, बाइबल सुन्न तालिम दिनुहोस् । जिब्रोलाई ती ग्रन्थ बुझेर रट्न सिकाउनुहोस् । यी म्यूजिकभन्दा धेरै उत्कृष्ट विधिहरू हुन् । तर कसैकसैले भन्छन्, यी म्यूजिकले प्रक्रियालाई सहजीकरण मात्र गर्छन् । आशा गरिकन गरिने त्याग वा यज्ञ उपासना अन्तर्गत पर्दछन् । यो आध्यात्मिकभन्दा बाहिरको कुरा हो । तरपनि यसले आध्यात्मिकताको लागि उर्वरभूमि तयार पार्दछ। आध्यात्मिक यात्राभन्दा पहिलो मानिसले अहम्पन, आडम्बर र घमण्डलाई त्यागी दिनुपर्छ । यज्ञले घमण्ड र अहमपनलाई हटाउँछ। धेरै विधिबाट आध्यात्मिक इच्छापूर्ति गर्न सकिन्छ । इच्छालाई सन्तुष्ट गराउन ज्ञान वा प्रज्ञाको आवश्यकता पर्छ । आध्यात्मिक विधाको विद्यार्थीको हैसियतले ज्ञानको प्रकाशलाई बढी महत्व दिनुपर्छ। भित्री कुरा जस्तो कि आवेग, शक्ति, घमण्ड, अहंपन र धारणालाई ध्यान, योगमा जानुभन्दा पहिल्यै त्याग गर्दा राम्रो । यज्ञ उपासनाको लागि नभई नहुने कुरा हो, खास गरीकन ज्ञानयज्ञ। यो पनि कर्मकाण्डअन्तर्गको असल कर्म हो, कसैले यज्ञलाई उपासना अन्तर्गत राख्छन्। यसले व्यक्तिलाई आध्यात्मिक बाटो लाग्न उपयुक्त बनाइदिन्छ । यज्ञले व्यक्तिलाई आध्यात्मिक ज्ञान र ऊर्जा ग्रहण गर्ने शरीर र मनलाई उपयुक्त बनाई दिन्छ। योगले मनलाई कम चञ्चल र शरीरलाई ध्यान बस्न उपयुक्त बनाइदिन्छ।

यज्ञका इच्छा पनि दुई प्रकारका हुन्छन्, एउटा त्याग सहितको निष्काम यज्ञ वा कुनै कामना वा फलको आशा नगरी गरिने यज्ञ अर्को

चाँहि सुख, समृद्धि, सुस्वास्थ्य र शान्तिको कामना सहित गरिने सकाम यज्ञ । कसै कसैले फसल राम्रो होस्, वस्तु भाऊलाई राम्रो होस् भनेर पनि यज्ञ गर्छन् । यज्ञ गर्न धेरै सामग्री र पैसा चाँहिन्छ भन्ने गलत धारणा छ । बुझ्न के जरुरी छ भने यज्ञ गर्न धेरै भौतिक धन होइन भावनाको धन आवश्यक पर्छ, यो एउटा पात समर्पण गरेर एउटा फूल चढाएर वा एक गिलास पानी चढाएर पनि गर्न सकिन्छ । यज्ञमा सामान महत्वपूर्ण होइन, श्रद्धा समर्पण र अहम्पनको त्याग महत्वपूर्ण हुन्छ । ढिलो चाँडो त्यो व्यक्तिमा ज्ञान र प्रज्ञाको प्रकाश पाउन सकिन्छ । यज्ञबाट तुरुन्तै फाइदा हुन्छ तसर्थ व्यक्ति ध्यान, योगभन्दा तुरुन्तै फाइदा दिने यज्ञतिर लाग्छ । यसै सन्दर्भमा भन्न सकिन्छ हाम्रो जीवनभन्दा पनि ज्ञान/प्रज्ञा महत्वपूर्ण छ । तर भौतिक अर्थशास्त्रले इन्द्रियलाई सन्तुष्ट बनाउन मात्र सिकाउँछ । यसले आत्मा वा परमात्मालाई सन्तुष्ट गराउने विषयलाई बेवास्ता गर्दछ । जब ज्ञान पाउँछ, उसले इन्द्रियलाई सन्तुष्ट बनाउन छोडछ र ज्ञान प्राप्त गर्न योग र ध्यान सुरु गर्छ । यो अभ्यास नै उसका सन्तुष्टिका साधन हुन् । यिनीहरूलाई भौतिक इकाइमा नाप गर्न सकिँदैन । त्यसैकारण मैले आध्यात्मिक को नयाँ माप प्रस्ताव गरेको छु । यो ० बाट शुरु हुन्छ र १ मा सकिन्छ । लक्ष्य तय गर्दा लामो बाटो हिड्न तयार हुनुपर्छ । केही समयको लागि त्यो बाटो निकै कठिनाईपूर्ण हुन्छ । आत्मा र परमात्मालाई बुझेपछि अथवा अज्ञानतालाई हटाएपछि वा भ्रम निवारण भएपछि बाटो सजिलो बन्दै जान्छ । जब उसले आध्यात्मिक सुन्दरता बुझ्छ, विस्तारै भौतिक सुन्दरताबाट छुटकारा लिन्छ । त्यसो गर्दा उसले जीवन स-साना लाभलाई भन्दा अन्तिम र ठूलो लाभलाई आफ्नो हिसावमा राख्छ । उसले हाड र मासुले बनेको शरीरका इच्छा वा इन्द्रियद्वारा माग हुने इच्छालाई विस्तारै छोड्छ । व्यक्ति मन र आत्मालाई बुझ्न थाल्छ वा यिनीहरूबाट प्राप्तहुने आनन्दमा रमाउन थाल्छ । शरीर, मन र आत्मा जोडिए पछि वा यिनीहरूको संघ बनेपछि झन नै आनन्दको अनुभूति गर्छ ।

धेरै व्यक्तिहरू भगवानको ढोका ढकढकाउन पाए हुन्थ्यो भन्ने इच्छा राख्छन् । तर, ज्यादै थोरै व्यक्तिले मात्र यो अवसर प्राप्त गर्न सफल हुन्छन् । भगवान प्राप्त गर्न सफा हृदय र मन हुन जरुरी छ । भौतिक विज्ञानमा विद्युतीय प्रकाश उत्पादन गर्न धनात्मक र ऋणात्मक

शक्ति हुन जरुरी छ, त्यस्तै आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्न सफा हृदय र मन हुन जरुरी छ। आध्यात्मिक इच्छाको उद्देश्य परमात्मालाई खुशी गराउनु हो । परमात्मालाई खुशी बनाउन व्यक्तिको भ्रम पूर्वाग्रह, असंहनशीलता, लोभ, मोह र द्वेषलाई हटाउन जरुरी छ ।

कसै कसैको मतमा व्यक्तिको मन र आत्मा सफा हुनु राम्रो हो तर नभए पनि केही बिगार गर्दैन भन्छन । किनकि भगवानको भक्ति र आत्मा साक्षात्कारको प्रक्रियामा आफै मन र आत्मा सफा हुन्छ। त्यसैले पनि भगवान वा परमात्मालाई खुशी गराउन जरुरी छ। प्राकृतिक विपत्ति आइपर्दा (बाढी पहिरो, भुइचालो) र धेरैको जीवन, धन सम्पत्ति नष्ट हुँदा पनि दक्षिण एसियाका देशहरू नेपाल, भारत र बंगलादेशका मानिसहरू खुशी नै छन् । यी देशका मानिसहरूले आफ्नो जीवन, धन, सम्पत्ति भगवानलाई अर्पेका छन्। आफूले दिएको जीवन, धन, सम्पत्ति भगवानले फिर्ता लानु हुन्छ भने के को लागि व्यक्तिले रुनु पीर मान्नु। आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले व्यक्तिको भौतिक इच्छालाई घटाउँछ । येसुले भन्नुहुन्छ “भगवानले प्रदान गरेको उपहार वहाँकै सन्ततीलाई छोडी पवित्र बाटो लाग्नुहोस्” स्रोत साधनहरू भगवानका उपहार हुन्। व्यक्तिले अहिलेको उपभोगको ढाँचालाई परिवर्तन गरी त्यो उपहार भोलिका सन्ततिहरूका लागि छोड्नुपर्छ।

वस्तु र सेवाको अधिक उपभोगले मानिसको शरिरलाई मात्र सेवा पुग्छ। यसले आध्यात्मिक सेवा पुग्दैन । भगवानको सेवा हुँदैन । यसले आध्यात्मिक यात्रालाई बाधा पुऱ्याउँछ । एउटा मत छ भौतिक शक्ति र सामग्रीको त्याग पछि मात्र आध्यात्मिक शक्ति प्राप्त हुन्छ । यिनीहरू एक अर्काका प्रतिरोधी (Mutually exclusive) होइनन्, वा एक वा अर्को होइन बरु दुवै प्राप्त गर्न सकिन्छ, तर पनि दुवै एकै पटक प्राप्त गर्न कठीन छ।

आध्यात्मिक इच्छाहरू असीमित छन्, तर हाम्रो आयु सीमित छ । वेद र उपनिषद, गीता, बाइबल, कुरानमा लेखिएका सयौं पवित्र कर्महरू छन्, तर हाम्रो जीवन छोटो छ। अझ यो जीवन पनि भोलि के हुन्छ भन्न सकिँदैन । त्यसैले अर्थशास्त्रको अभावको सिद्धान्त (Scarcity)

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा पनि लागु हुन्छ । अपवित्र कार्यले हाम्रो पवित्र गन्तव्यमा पुग्ने बाटो रोक्छ, तर स्रोत साधनको उपभोगमा भने अभावको सिद्धान्त लागु हुँदैन किनकि हाम्रा भौतिक इच्छाहरूलाई नियन्त्रण गरी सीमित बनाइएको हुन्छ र स्रोत प्रचुर छ भने आन्तरिक अनुभूति हुन्छ । भगवानको उपहार भएकाले स्रोत साधन प्रचुर मात्रामा छ भन्ने मान्यता छ । हामी मानिसले नै संचिति र बढी उपभोगद्वारा अभाव सिर्जना गरेका हौं । यदि सबैलाई राम्ररी न्यायपूर्वक वितरण गर्ने हो भने यो सधैं प्रचुर मात्रामा उपलब्ध छ । प्रचुरताको अनुभूतिले हाम्रो इच्छा बढाउँदैन बरु उपभोग घटाउँछ । अहिलेको भौतिक अर्थशास्त्रले हाम्रो इच्छालाई असीमित बनाएको छ, त्यसले स्रोत साधनको अभाव छ तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले इच्छालाई सीमित गरी दिएको छ, त्यसैले स्रोत साधन प्रचुर मात्रमा भएको अनुभव हुन्छ ।

२.३ सन्दर्भसूचि

अहमद, एच.एम.जी. (२००५ क). इस्लामको सार, भाग १, अंग्रेजीमा अनुवादित, क्वाडिनका हदरथका मिर्जा गुलावको लेखन, भाषण, उद्घोषण र छलफलको उद्धरण, हदरथ मिर्जा मसरुर अहमद ।

भट्टाचार्य, आर. (२०१३), भारतमा भौतिकवादको विकास चार्वाक पूर्व र चार्वाक पछि । http://www2.units.it/eserfilo/art813/bhattacharya813.pdf

कृष्णानन्द (मिति नखुलेको), कठोपनिषद माथिको टिप्पणी । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, शिवानन्द आश्रम, भारत ।

प्रभुपाद, एस. (१९७२), भगवत गीता यथारुप । पूर्ण संस्करण कोलियर म्यामिलियन प्रकाशन, लन्डन ।

..........,पवित्र बाइबल, राजा जेम्स संस्करण, file:///C:/Users/MyPc/Downloads/king-james-bible.pdf

..........,होली बाइबल । पूर्ण संस्करण कोलियर म्यामिलियन प्रकाशन, लन्डन

..........,आत्माका सात उपहार ।

..........,पवित्र बाइबल । लेटिन भूलगेटबाट मेहनतपूर्वक अंग्रेजीमा अनुवाद गरी हेब्रु, ग्रिक र अरु भाषामा समेत संस्करण गरिएको डुवे रिमस संस्करण १६०९, १५८२ ।

..........,धनी मानिस र लाजारुस भाग २८ को १९ बाइबल सम्बन्धी । http://biblia.com/bible/esv/Luke%2016.%2019-31

अध्याय तीन
आध्यात्मिक सन्तुष्टि र खुशी

“खुशी कहि पनि छैन, यो जहीतही छ, जहाँ ईश्वरको पूर्णता हुन्छ त्यँही खुशी प्राप्त हुन्छ ।” सनतकुमार

३.१ भूमिका

अघिल्लो हप्ता म कोटेश्वरका सडकहरूमा डुलिरहेको थिएँ । त्यहाँ एक महिलाले आइसक्रिम किनिरहेको देखेँ। ती महिलाले सडकका तरकारी बेच्ने अरू महिलाहरूसँग भन्दै हुनुहुन्थ्यो । “मलाई आइसक्रिम धेरै मिठो लाग्छ ।” तर वहाँले त्यो आइसक्रिम आफू नखाई श्रीमानलाई दिनुभयो । म छक्क परेँ । किन वहाँले त्यो आइसक्रिम आफू नखाई श्रीमानलाई दिनुभयो ? अर्को शनिवार म सार्वजनिक बसबाट यात्रा गरिरहेको थिए, एक जना बुढी आमा बसमा चढ्नु भो तर वहाँले बस्ने सीट पाउनु भएन । एकजना भद्र मानिसले आफ्नो सीट छोडेर त्यो सीटमा बुढी आमालाई बसाउनु भयो । अर्को हप्ता म भद्रपुर विमान स्थलमा थिए । त्यहाँ एक जना बुबा आफ्नो सिकिस्त छोरीको लागि टिकट खोजी रहनु भएको थियो । दुर्भाग्यवस् हवाईजहाजका सबै टिकट विक्री भइसकेका थिए । एकजना महिलाले विरामी बच्चीले टिकट नपाएर काठमाडौं जान नपाएको खबर सुन्नुभएछ । वहाँ आफैंले आफ्नो टिकट विरामी बच्चीलाई दिनुभयो । यस्ता अनगिन्ती उदाहरणहरू छन् जहाँ आफूलाई प्राप्त भएको वस्तु, सेवा र मौका अरूलाई प्रदान गर्दा अझ बढी सन्तुष्टि प्राप्त हुन्छ । अझ बढी खुशीको अनुभूति हुन्छ । ती महिला जो आइसक्रिम ज्यादै मन पराउनु हुन्थ्यो तर आफू नखाई श्रीमानलाई दिनु भयो ? किन भद्र मानिसले आफ्नो सीट एकजना बूढी आमैलाई दिनु भयो ? उत्तर यो हो कि आफूले उपभोग गर्नुभन्दा त्यो वस्तु, सेवा र मौका अरूलाई प्रदान गर्दा बढी सन्तुष्टि प्राप्त हुन्छ । बढी खुशी प्राप्त हुन्छ । अर्को शब्दमा भन्दा आफूले उपभोग गर्दा

प्राप्तहुने सन्तुष्टि भन्दा अरूलाई दिँदा प्राप्तहुने सन्तुष्टि बढि हुन्छ । यही सन्तुष्टिको जगमा नै आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको विकास भएको छ ।

प्राचीन ऋषि मुनीहरूले यो प्रमाणित गर्नु भएको छ की कुनै वस्तु, सेवा र मौका अरूलाई दिँदा बढी सन्तुष्ट प्राप्त हुन्छ । बढी खुशी प्राप्त हुन्छ । उदाहरणको लागि नेपालकै कुरा गर्ने हो भने गणेशमान जीले राजाबाट दिइएको प्रधानमन्त्रीको पद त्यागी त्यो पद श्री कृष्णप्रसाद भट्टराईलाई प्रदान गर्नुभयो । प्राचीन तथा आधुनिक कालका महान व्यक्तिहरू अरूलाई सेवा सुविधा र मौका दिन अझ खुशी र सन्तुष्ट भएका छन् । यसले हाम्रो समाज शान्त र स्वस्थ्य बनाउँन सहयोग मिल्छ । समाजमा हिंसा, अपराध र रोगी व्यक्तिहरू कम हुन्छन् । समाज रामराज्य बन्छ । यसबाट आध्यात्मिक आनन्द प्राप्त हुन्छ । भौतिक अर्थशास्त्रले प्रतिपादन गरेको रोजाइको सिद्धान्तलाई आध्यात्मिक अर्थशास्त्रका पवित्र कर्मको सिद्धान्तले प्रतिस्थापन गर्छ । जहाँ आफू र आफ्नो हित होइन पवित्रताको लागि व्यक्तिहरू अरुका लागि कर्म गर्दछन् । त्यसले आध्यात्मिकताले भौतिक खुशी र सन्तुष्टिलाई हटाई आध्यात्मिक खुशी र सन्तुष्टिको प्रवर्द्धन गर्दछ ।

भौतिक अर्थशास्त्रका सिद्धान्तले हामीलाई वस्तुहरू किन्न र बेच्न, ऋण लिन र दिन, श्रम बेच्न र किन्न, वस्तुको उत्पादन र उपभोग गर्न सिकाउँछ । यसले आफ्नो नाफा नै सर्वोपरि हो भन्दछ । यसैमा व्यक्तिले खुशी र आनन्दको अनुभूति गर्छ । अर्कोतिर आध्यात्मिकतामा अरूलाई दिंदा, दान र अनुदान दिँदा, माफि दिंदा, मौका दिंदा र त्यागी दिंदा बढी सन्तुष्टिको अनुभव हुन्छ । त्यसैले “यसले लिने होइन दिने तरिका सिकाउछ ।” राजयोग/ज्ञानयोग अथवा ध्यानले भौतिक वस्तुबाट प्राप्तहुने आनन्दबाट छुटकारा लिन सिकाउँछ । संसारिक वस्तुबाट आफूलाई अलग्याउन सिकाउँछ । जोन उड जो माइक्रोसफ्ट कम्पनीका प्रमुख कार्यकारी अधिकृत हुनुहुन्थ्यो वहाँले प्रेसलाई बताउनु भयो वहाँले आफ्नो आय निरक्षर बच्चाहरूलाई बाँड्न पाउँदा खुशीको अनुभव गरे । यस्ता अनगिन्ती उदाहरणहरू छन् जसले आफ्नो सम्पत्ति, आयलाई अनाथ, गरीब र रोगीको लागि दान दिदा खुशीको अनुभव गर्नु भएको

छ । भिक्षा दानले दिने र लिने दुवैलाई फाइदा दिन्छ । श्रमदानको आध्यात्मिक ठूलो छ । आध्यात्मिकतामा संचिती निषेधित छ, संचित गर्नु नै परे दानकै लागि संचित गर्नुपर्छ । त्यस्तो संचित ती कमजोर वर्गलाई दिनु पर्छ जोसँग गाँस, वास र कपास छैन ।

३.२ उपयोगिताको सिद्धान्त

उपयोगिता भनेको वस्तु वा सेवाको यस्तो शक्ति हो जसले मानिसका चाहनाहरूलाई सन्तुष्ट पार्छ । प्रोफेसर हब्सनका अनुसार उपयोगिता(utility) भनेको “वस्तुको मानव चाहनालाई सन्तुष्ट गर्ने क्षमता हो ।” उपयोगिता अथवा सन्तुष्टि हरेक व्यक्ति व्यक्तिअनुसार फरक फरक हुन्छ, समय, समयमा फरक हुन्छ ठाउँ ठाउँअनुसार फरक हुन्छ । यो भौतिक र आध्यात्मिक दुवै अर्थशास्त्रमा उतिकै प्रयोग हुन्छ । यो व्यक्तिलाई वस्तु र सेवाप्रति आकर्षित गर्ने शक्ति हो । उपयोगिता वा सन्तुष्टि यस्तो शक्ति हो जसले आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा निकै ठूलो महत्व राख्छ । खास गरी सेवा-सन्तष्टी र ऊर्जा-सन्तुष्टिहरू आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा लागु हुन्छन् । भौतिक अर्थशास्त्रमा चिकित्सक, नर्स, वकिलले सेवा, सल्लाहद्वारा सन्तुष्टि प्राप्त गर्छन्, त्यसैगरी गुरु, भिक्षू साधु सन्त ऋषिहरूले आध्यात्मिक सेवा र सल्लाह प्रदान गरी सेवा सन्तुष्टि प्रदान गर्छन् । त्यस्तै ध्यान, योग, अभ्यासबाट व्यक्तिले आध्यात्मिक ऊर्जा-सन्तुष्टि प्राप्त गर्छ ।

वेन्थामका अनुसार उपयोगिता वा सन्तुष्टि वस्तुको प्रवृति वा झुकाउ हो जसले व्यक्तिको खुशी र आनन्दलाई बढाउने र घटाउने कार्य गर्छ । उपयोगितावादी दार्शनिकहरू वेन्थम, मिल, सिद्निकले भन्नु भएको छ कि रोजाइबाट खुशी र आनन्द प्राप्त हुन्छ (रिड, २०००) । सजिलो तरीकाले भन्दा एक व्यक्तिले यस्तो वस्तु र सेवा रोज्छ जसले अत्यधिक खुशी आनन्द ल्याउँछ ।

व्यक्तिले जस्तो कार्य गर्दछ, जसले धेरै खुशी र कम पीडा ल्याओस् । भौतिक अर्थशास्त्रले तत्कालीन खुशीलाई हेरेर वस्तु वा सेवाको छनोट गर्छन् तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा पछिसम्म प्राप्तहुने खुशी र आनन्दलाई ध्यान दिई अरूलाई प्रदान गरिने सेवा रोज्छन् ।

व्यक्तिले यस्तो वस्तु रोज्छन् जसले थोरै पीडा र धेरै आनन्द देओस् । भौतिक अर्थशास्त्रमा तत्कालीन खुशीले महत्व राख्छ त्यसैले व्यक्तिले मिठाइहरू रोज्दछन् । तीतो वस्तु कसैले रोज्दैनन् । तर बुझ्न के जरुरी छ भने तीतो वस्तुले रोग निको पार्छ र मिठो वस्तुले रोग ल्याउँछ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा व्यक्तिले तितो वस्तु छनोट गर्छन किनकि यसले पछिसम्म आनन्द पैदा गरिदिन्छ ।

आधुनिक चिकित्साको अनुसन्धानबाट यो प्रमाणित भएको छ कि मिठाईले रोग निम्त्याउछ र तितो वस्तुले रोग निको पार्छ । हामी क्षणिक खुशीको लागि मिठाई खान्छौं र दीर्घ रोग निम्त्याउँछौं । क्षणिक खुशीले समस्याहरूलाई निम्तो दिन्छ । उदाहरणका लागि जसका धेरै यौन साथी छन् उसले क्षणिक भोग विलास र खुशी दिन्छ र दीर्घकालीन रोग जस्तो एच.आई.भी./एड्स, हेपाटाइटिस बी, र अरू धेरै यौन रोगलाई निम्ता दिन्छ। यौनिक क्रियाका बखत त्यो व्यक्ति क्षणिक रूपमा निकै खुशी हुन्छ त्यसपछि उसका पीडाका दिन सुरु हुन्छन् । वास्तवमा त्यो खुशी होइन, खुशी भएको भ्रम मात्र हो (चिदानन्द, १९९१) । वस्तुको उपभोगमा प्राप्तहुने खुशी अस्थायी हो । यसले दुःख दिन्छ नै ।

दान दिने कि दान लिनेले बढी आनन्द प्राप्त गर्छ ?भौतिकवादीलाई सोध्ने हो भने लिनेले बढी आनन्द प्राप्त गर्छ भन्नुहुन्छ । आध्यात्मवादीलाई सोध्ने हो भने दिनेले बढी आनन्द प्राप्त गर्छ भन्नुहुन्छ । वास्तवमा दान दिनेले बढी आनन्द प्राप्त गर्छ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा प्राप्त गर्ने वा दान लिने व्यक्तिले अल्पकालीन खुशी प्राप्छ गर्छ भने दान दिने व्यक्तिले दीर्घकालीन खुशी र आनन्द प्राप्त गर्छ । जाडो रातमा आफूसँग भएको एउटा तातो बर्को र तातो पानीको ब्याग अरूलाई दिँदा, दिने व्यक्तिलाई क्षणिक रूपमा पीडा हुन्छ, तर त्यसबाट लामो आनन्द प्राप्त हुन्छ । योग, ध्यान, दानले हाम्रो जीवनमा दीर्घकालीन आनन्द दिन्छन् उदाहरणका लागि ध्यान गर्दा हाम्रो खुट्टाका जोर्नीहरू र ढाँडमा क्षणिक पीडा हुन्छ । धेरै विद्युतीय ऊर्जा हाम्रो मन मस्तिष्कमा आउँदै र जाँदै गर्छन । क्षणिक समयका लागि हाम्रो मन मस्तिष्कमा अप्ठारो वा पीडाको अनुभव हुन्छ तर यसले हाम्रो मनमा रहेका अपवित्रता र फोहरहरूलाई भष्म बनाउँछ । मनलाई सफा र

पवित्र बनाउँछ र शान्ति र आनन्दलाई मनमा संस्थागत गर्छ । यसबाट दिगो शान्ति र आनन्द प्राप्त हुन्छ । यसले निर्वाणको मार्गमा लगाउँछ र पछिसम्म परमआनन्द दिन्छ । चिकित्सकले सुई लगाउँदा विरामीलाई क्षणिक दुःख हुन्छ तर यसले रोग व्याधि हटाई पछिसम्म आनन्द दिन्छ । दुवै हठयोग र राजयोगले क्षणिक समयका लागि पीडा दिन्छ तर तिनीहरूले क्रमशः भौतिक सुख र आध्यात्मिक आनन्द दिन्छन् । रेकीको अभ्यास सुरुमा झर्को लाग्दो हुन्छ तर पनि पछि गएर यसले ऊर्जा प्रदान गर्छ ।

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा हरेक वस्तुले खुशी र पीडा दिन्छ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा वस्तु र सेवाको छनोट दीर्घकालीन खुशीका आधारमा गरिन्छ । जबकि भौतिक अर्थशास्त्रमा क्षणिक खुशीका आधारमा मात्र गरिन्छ । आध्यात्मिक रोजाइले क्षणिक पीडा र दीर्घकालीन आनन्द ल्याउँछ । केही वस्तु र सेवा यस्ता छन् तीनले क्षणिक खुशी र दीर्घकालीन पीडा ल्याउँछन् त्यस्तो वस्तु र सेवाको छनोट आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा गरिनु हुँदैन । आध्यात्मिक सेवाको सन्तुष्टि/उपयोगिता भौतिक वस्तुको भन्दा धेरै बढी हुन्छ किनकि यसले दीर्घकालीन फाइदा पुऱ्याउँछ । कहिले कहिले त अर्को जीवनसम्म पनि फाइदा वा आनन्द प्रदान गर्छ । त्यो आनन्दको अनुभूति वस्तु र सेवा अरूलाई दिँदा र दान दिँदा हुन्छ, लिँदा हुँदैन । वास्तवमा लिँदा जति खुशी प्राप्त हुन्छ, दिँदा त्यसको दुई गुणा खुशी प्राप्त हुन्छ ।

साधारण अर्थमा धन भनेको सम्पत्ति वा प्रभुत्व जस्तो कि जमीन, घर, गाडी र विक्रियोग्य सामान बुझिन्छ । आधुनिक अर्थशास्त्रमा धनले व्यक्ति, परिवार र समूहलाई खुशी बनाउँछ, किनकि यसले आयको प्रवाह दिन्छ । तर के जग्गा, जमीन, घर, शेयर, र कपिराइट वा ट्रेडमार्कले व्यक्तिलाई सही अर्थमा खुशी बनाउँछ ? कदापि बनाउँदैन । भौतिक वस्तुले द्वन्द्व, झैं झगडा र अन्याय निम्त्याउँछ, यसले मित्रतालाई नष्ट गर्छ ।

कठोपनिषदका अनुसार खुशी ३ प्रकारका हुन्छन्; प्रिय, मोद र प्रमोद । कुनै भौतिक वस्तुको प्राप्ति हुँदा प्राप्तहुने खुशीलाई प्रिय भनिन्छ

। कुनै भौतिक वस्तुलाई देख्दा वा छुँदा व्यक्ति उत्तेजित हुन्छ । त्यसलाई हामी मोद भन्छौं । यसले अझ आनन्दतर्फ डोऱ्याउँछ । प्रमोद भनेको अन्तिम खुशी अथवा आनन्दको अवस्था हो । यस्तो आनन्द आध्यात्मिक कर्मबाट मात्र प्राप्त हुन्छ । भौतिक वस्तु देख्दा, छुँदा वा नजिक जाँदा प्राप्तहुने खुशीलाई हामी प्रिय भन्दछौं । धन सधैं उही अवस्थामा रहँदैन । त्यसैले खुशी सधैं उही अवस्थामा रहँदैन । धनको चोरी हुने वा विग्रिने र भत्किने जोखिम हुन्छ । त्यसैले खुशी/सन्तुष्टि स्थायी हुन सक्दैन । भौतिक वस्तुको खुशीले पीडालाई निम्ता दिन्छ । भौतिक वस्तुको प्राप्तिबाट हुने खुशी भनेको पीडाको सुरुवात हो । तपाईसँग कुनै भौतिक वस्तु छैन् भने तपाईलाई पीडा हुँदैन किनकि त्यो चोरी होला, हराउला, बिग्रेला भन्ने डर वा जोखिम हुँदैन । भौतिक धन र आध्यात्मिक धन प्राप्त हुँदा पाइने खुशी फरक फरक हुन्छ । पहिलोले इन्द्रियलाई खुशी पार्छ भने दोस्रोले मन र जीवात्मालाई । आध्यात्मिक धन अथवा सूक्ष्म ज्ञान न त नासिन्छ न त चोरिन्छ । समाधीमा बसेको बेला प्राप्तहुने आनन्द भौतिक वस्तु प्राप्त हुँदा पाइने खुशीको अनुभूति बीच तुलना हुन सक्दैन । यसले व्यक्तिको मनमा दिगो शान्ति र आनन्द सिर्जना गर्छ । जुन शान्ति र आनन्द यो जन्ममा मात्र नभएर अर्को जन्मसम्म पनि पाउन सकिन्छ ।

अभ्यास, भक्ति, ठाउ र समयै पिच्छे आध्यात्मिक सेवाबाट प्राप्तहुने सन्तुष्टि फरक फरक हुन्छ । व्यक्ति नै पिच्छे फरक फरक अनुभूति हुन्छ । जस्तो कि विपाश्यना ध्यानबाट प्राप्तहुने र राजयोगबाट प्राप्तहुने सन्तुष्टि फरक फरक हुन्छ । राजयोगबाट प्राप्तहुने खुशी एउटा सूक्ष्म सन्तुष्टि अनुभूति हो । अनुभवले यो सावित गरेको छ कि बुद्ध वा पतान्जलीले उत्पादन गर्नु भएको ज्ञान सत्य र सही हुन । यिनीहरु धेरै किताबहरूका स्रोत हुन । अरूले यिनीहरूलाई व्याख्या गरेका मात्र हुन् ।

घट्दो अतिरिक्त उपयोगिता वा सीमान्त (marginal utility) सन्तुष्टिको नियम ध्यानका सिकारुहरूमा लागु हुन्छ । ध्यानको शुरु अवस्थामा सीमान्त सन्तुष्टि घट्छ पहिलो दिन ध्यानको सन्तुष्टि माथि नै हुन्छ त्यसपछि यो विस्तारै ५ दिनसम्म झर्छ । त्यसैले अतिरिक्त (

सीमान्त) सन्तुष्टिको घट्ने नियम सुरुका सिकारुहरूमा लागु हुन्छ । त्यसपछि यो विस्तारै बढ्दै जान्छ र यसले फराकिलो U को आकार लिन्छ । केही उपासक उपसिकाहरू ३/४ दिनभित्रै ध्यान कक्ष छोडेर भाग्छन् । यसको मतलब ३/४ दिनभित्र सीमान्त सन्तुष्टि झरेर शून्यको नजिक आइपुग्छ, त्यसैले धेरै उपसिक तथा उपासिकाहरू ध्यान छोडेर भाग्छन् । विपश्यना ध्यान शीविरमा करिब १० प्रतिशत उपासिका उपासकहरूको सीमान्त सन्तष्टी घटेर शुन्यको नजिक आएकै कारण ध्यान कक्ष छोडेर भाग्छन् । सुरुमा सीमान्त सन्तुष्टि विस्तारै झर्छ र शून्यमा आउँछ । त्यसपछि विस्तारै यो बढ्दै जान्छ त्यसपछि यो स्थीर रहन्छ ।

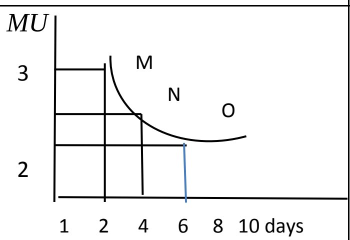
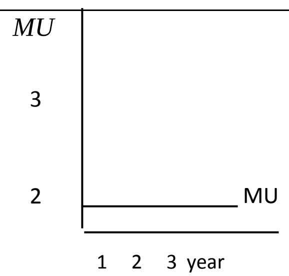
तालिका २ : कूल र सीमान्त सन्तुष्टि

साधना दिन	कूल र सीमान्त सन्तुष्टि	सीमान्त सन्तुष्टि
1st	20	0
2nd	38	18
3rd	53	15
4th	54	1
5th	54	0
6th	58	4
7th	63	5
8th	69	6
9th	76	7
10th	84	8

ध्यानको बेला उपासक उपासिकाहरूलाई बोल्न र सन्देश सम्प्रेषण गर्न रोक लगाइएको हुन्छ । संकेत गर्न समेत निःषेध गरिएको हुन्छ । त्यसैलाई हामी “आर्य मौन” भन्दछौं । एकजना बिहान सबेरै उठी १४ घन्टासम्म ध्यानमा बस्नु पर्छ । त्यसैले सीमान्त सन्तुष्टि पहिला केही दिनमा विस्तारै घट्छ किनकि उनीहरूमा खुट्टाका जोर्नी र ढाँडमा पीडा र अप्ठारो अनुभव हुन्छ र ध्यान केन्द्रित गर्न समेत कठिनाइ हुन्छ । जब उनीहरूले विद्युतीय तरंग र चेतनाको अनुभूति प्राप्त गर्छन र

सम्वेदनाहरू मार्फत् ज्ञान प्राप्त गर्छन तब सीमान्त सन्तुष्टि विस्तारै बढदै् जान्छ । घट्दो सीमान्त सन्तुष्टिको नियम पहिलो ५ दिन सम्म लागु हुन्छ । मध्यम स्तरका सिकारु/उपासक उपासिकामा सीमान्त सन्तुष्टि विस्तारै बढ्छ र स्थीर रहन्छ। त्यसैले यसको आकार फराकिलो यू 'U' जस्तो देखिन्छ ।

प्रवीण अवस्थाका उपासक उपासिकामा सीमान्त सन्तुष्टि स्थीर रहन्छ। त्यसैले उनीहरू हरेक दिन राती सम्म ध्यानको अभ्यास गर्छन । वर्षोसम्म पनि अभ्यासलाई निरन्तरता दिन्छन् । निर्वाण प्राप्त भएपछि पनि अभ्यासलाई निरन्तरता दिन्छन् । त्यसैले यसको रेखा सिधा दाहिनेतिर जान्छ र अन्त्य हुँदैन अनन्त हुन्छ। सीमान्त सन्तुष्टिको घट्ने र बढ्ने क्रमलाई चित्र 4 (A) र 4 (B) मा दिइएको छ ।

चित्र 4A: ध्यानको सीमान्त सन्तुष्टि	चित्र 4B: ध्यानका सीमान्त सन्तुष्टि निर्वाण प्राप्त व्यक्तिमा
	

३.३ सन्दर्भसूची

कृष्णानन्द (मिति नखुलेको), कठोपनिषद माथिको टिप्पणी । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, शिवानन्द आश्रम, भारत ।

चिदानन्द (१९९१). राजयोग बारे प्रवचन । डिभाइनलाइफ सोसाईटी, शिवानन्द आश्रम, भारत ।

प्रभुपाद, एस. (१९७२), भगवत गीता यथारुप, पूर्ण संस्करण कोलियर म्यामिलियन प्रकाशन, लन्डन।

विवेकानन्द (१९४७). राजयोग, आन्तरिक प्रकृति माथिको विजय । अद्वैत आश्रम ।

रीड (२००४).जेरेमी बेन्थम देखि डानियल कहनेमान सम्म युटिलिटीको सिद्वान्त । लण्डन स्कुल अफ इकोनोमिक्स ।

सर्वप्रियानन्द (२००४). बेदान्त र सकारात्मक मनोविज्ञानको प्रकाश, खुसिको अनुसंन्धान । https://www.youtube.com/watch?v=J21nBCY_YHM

अध्याय चार
आध्यात्मिक धनसम्पत्ति

“सम्पत्ति भनेको विचार र जीवन पद्दति हो, केवल पैसा र भौतिक वस्तुमात्र होइन” इरिक वटरवर्थ

४.१ आध्यात्मिक धन

सरल रूपमा भन्दा धन भनेको सम्पत्ति वा प्रभूत्व हो । जस्तो कि जग्गा जमीन, घर, गाडी, र अरू विक्री हुने सर सामान पनि धन नै हो । भौतिक अर्थशास्त्रमा धनले व्यक्तिलाई, परिवारलाई र समूहलाई आयको प्रवाह गरी खुशी बनाउँछ । तर के जग्गा जमीन, घर, गाडी, शेयर, ट्रेडमार्क र कपि राइटले व्यक्तिलाई खुशी बनाउँछ ? कदापी बनाउँदैन । माथिका अध्यायमा व्याख्या गरे जस्तै यस्तो अविवेकी धन सम्पत्तिको संचयले द्वन्द्व, झै झगडा र अन्याय बढाउँछ र मित्रतालाई नष्ट गर्छ ।

धनलाई दुवै भौतिक र आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा बृहत्तर रूपमा छलफल गरिएको छ । बाइबल, कुरान, उपनिषद, श्रीमद्भगवत गीता र धम्मपदले आध्यात्मिक धनको वर्णन गरेका छन् । आध्यात्मिक ज्ञान र सम्पत्ति भौतिक धन सम्पत्तिभन्दा धेरै राम्रो हो भन्नेमा सबै आस्थाहरूमा एक मत छ । सबै उपनिषदहरूमा थोर बहुत रूपमा आध्यात्मिक धनको बारेमा व्याख्या गरिएको छ । त्यसमा पनि ईशा, प्रश्न, कथा, छान्दोग्य, र मण्डुका उपनिषदहरूमा आध्यात्मिक धनको बारेमा सारगर्भित रूपमा वर्णन गरिएको छ । हिन्दू नचिकेता र इसाई सोलोमन दुवैले धन, दौलत, सम्मान र दीर्घजीवनको बदला आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा नै रोज्नुभयो (परमानन्द, १९१९, राजाको तेस्रो पुस्तक, बाइबल) । यमराजले नचिकेतालाई परीक्षण गर्नका लागि प्रशस्त

धनदौलत दिने वाचा गर्नुभयो । तर नचिकेताले यी धन दौलत सबै वहिष्कार गर्नुभयो । वहाँलाई थाहा थियो कि आध्यात्मिक धन सम्पत्ति भौतिक धन दौलतभन्दा धेरै उच्चकोटि हो । त्यसैले वहाँले आध्यात्मिक ज्ञान अथवा आध्यात्मिक धन रोज्नुभयो । ईश्वरले राजा सोलोमनलाई धेरै भौतिक धन, सम्पत्ति, फौज दिन राजी हुन भयो तर सोलोमनले ज्ञान र प्रज्ञालाई रोज्नु भयो । आध्यात्मिक धनलाई नै रोज्नु भयो । अझ यो भन्दा बढी आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाको व्याख्या उद्दालक र वहाँका सुपुत्र स्वेतकेतु बीचको आध्यात्मिक संवादमा छ । यसको वृहत्तम व्याख्या “राजा, उद्दालक र पाँच विवेकी व्यक्तिहरू” को संवाद र प्रवचन मार्फत् ध्यान वा पञ्चाग्नि विधाको बारेमा सविस्तार वर्णन गरिएको छ (छान्दोग्य उपनिषद, अध्याय १, २) । न नचिकेता, न त पाँच विवेकी व्यक्तिहरू नै राजाद्वारा प्रदान गरिएको भौतिक धन सम्पत्तिबाट सन्तुष्ट हुनु भयो । राजा सोलोमन, स्वेतकेतु, नचिकेता र इस्लाममा नाम नखुलेको व्यक्ति सबैले भौतिक धनसम्पत्ति वहिष्कार गर्नुभयो किनकि यसले मानसिलाई कहिल्यै सन्तुष्ट बनाउन सक्दैन । स्वेतकेतु र नचिकेताले राजासँग आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा माग्नु भयो किनकि भौतिक धन सम्पत्तिले व्यक्तिलाई कहिल्यै सन्तुष्ट बनाउन सक्दैन । राजा सोलोमनले भगवानसँग भौतिक धन सम्पत्ति, शक्ति र दीर्घजीवन माग्न सक्नु हुन्थ्यो तर वहाँले प्रज्ञा माग्नु भयो । त्यसैले धेरै इसाई र यहुदी धर्मावलम्बीले सोलोमनलाई ज्ञान र प्रज्ञाको पिता भन्दछन् (राजाको तेस्रो पुस्तक, बाइबल) ।

भौतिक धन सम्पत्तिले इन्द्रियहरूको सेवा गर्दछन् । यिनीहरूले व्यक्तिलाई खुशी गराउन सक्दैनन् । त्यसैकारण राजा ययातिले ईसा पूर्व ५००० वर्षभन्दा पनि पहिले भन्नु भयो भौतिक वस्तुको चाहनाको कुनै सीमा हुँदैन एउटा सन्तुष्ट बनायो अर्को आउँछ त्यसलाई सन्तुष्ट गऱ्यो तेस्रो आउँछ । नमरुन्जेल नयाँ नयाँ चाहनाहरू आउँदै जान्छन् । त्यसैले यिनीहरूलाई सन्तुष्ट बनाउन सकिँदैन (कृष्णानन्द, मिति नखुलेको) । कुनै पनि भौतिक धनले व्यक्तिलाई कहिल्यै सन्तुष्ट र खुशी बनाउन सक्दैन । धम्मपदमा उल्लेख गरिएको छ “सांसारिक वस्तु अथवा भौतिक वस्तुमा थोरै मात्र मन पराउने कुरा हुन्छन् बाँकी धेरै पीडा दिने कुरा छन् । अर्कोतिर आध्यात्मिकताले व्यक्तिलाई लामो समयसम्म परिपक्व,

सन्तुष्ट र खुशी बनाउन सक्छ (धम्मपद १५, १९६) । इस्लाम धर्ममा आध्यात्मिक ज्ञान र भौतिक धन सम्पत्ति बीचको फरकलाई प्रकाश पारिएको छ । आध्यात्मिक धन सम्पत्तिको चौकीदारी आध्यात्मिक धन (ज्ञान) स्वयंले नै गर्छ, जबकि भौतिक धन सम्पत्तिलाई चोर, डाकाबाट जोगाउन चौकिदार, पाले, प्रहरी राख्नु पर्छ (मुहम्मद र माझलिसी, २००४) ।

आध्यात्मिक ज्ञानले नै मानिसलाई खुशी बनाउँछ । प्रज्ञा भौतिक वल भन्दा राम्रो हो, एउटा विवेकी व्यक्ति बलियो व्यक्तिभन्दा राम्रो हो (जेजिर, २००९) । उपनिषदहरू प्राचीन अनुसन्धानहरूका सारांशहरूको संगालो हुन् । उपनिषदमा केवल असर उल्लेख छ तर कारण उल्लेख छैन् । त्यो समयमा कुनै लिपिहरू थिएनन् । व्यक्तिले निष्कर्षहरू मुखाग्र पारी मस्तिष्कमा राख्नु पर्थ्यो । उनीहरूसँग अहिलेको जस्तो अनुसन्धानको, उद्देश्य, विधि, मुख्य मुख्य पत्ता लागेका कुराहरू र निष्कर्षलाई मिलाएर विलासी दस्तावेज तयार गर्ने सुविधा थिएन । त्यो बेला छापाखाना र प्रकाशन गृहहरू थिएनन् । सबै स्मृति मै सुरक्षित राख्नु पर्थ्यो त्यसैले अति छोटकरीमा सूत्रबद्ध गरी स्मृतिमा राखिन्थ्यो अथवा श्रुति परम्पराअनुसार एकबाट अर्कोमा सर्दै आउथ्यो । त्यसैले वेद उपनिषदमा कारण र असर (Causality) मुस्किलले मात्र भेट्न पाइन्छ । कारण र कार्यहरू पत्ता लगाई असरसँग जोड्ने र कारणहरू वा कार्यहरू सिद्ध गर्नु वा न्याय संगत तवरले असर सिद्ध गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो ।

आध्यात्मिक ज्ञानले शरीर, मन र आत्माको ज्ञानलाई समेट्छ । यसले शरीर मन र आत्माको संघ स्थापना गर्छ । यसले मन र आत्मालाई जोडछ र मुक्तिको बाटोमा डोऱ्याउँछ । ध्यान, योग, यज्ञ, दान, भक्ति र समर्पण मुक्ती तर्फ डोऱ्याउने बाटाहरू हुन् । ध्यानले जोशलाई मथ्थर बनाउँछ । दानले संसारबाट छुटकार लिन सघाउँछ । यसले अहम्पनलाई नष्ट गर्छ । यज्ञ भनेकै आध्यात्मिक अर्थमा गलत आदत, अहम्, घमण्डलाई त्याग गर्नु हो । पवित्र कार्यहरू भनेकै ध्यान योग, यज्ञ, दान, भक्ति, समर्पण र त्याग हुन । यसबाटै आध्यात्मिक ज्ञान वा धन प्राप्त हुन्छ । ऋगवेदले आध्यात्मिक धनलाई ३ भागमा विभाजन गर्दछः आध्यात्मिक धन, ईश्वरीय धन, र भौतिक धन । ऋगवेदानुसार ज्ञान र

प्रज्ञा स्वरूपको धनले अज्ञानता र अन्यायलाई हटाउँछ (दयानन्द, २००८) । आध्यात्मिक ज्ञान, भौतिक वस्तु भन्दा धेरै राम्रो हो किनकि भौतिक वस्तुले व्यक्तिका क्षणिक खुशीको लागि इन्द्रियहरूको सेवा गर्दछन् । त्यसैले यसलाई कमसल वा तल्लो स्तरको वस्तुनिष्ट ज्ञान भनिन्छ । आध्यात्मिक धन र भौतिक धनको बीचमा ईश्वरीय धन पर्दछ । यो मध्यम स्तरको धन हो (मुलर, १८९७, ऋगवेद सुक्त २७, ३०४, ३४५, ३५८) । उदाहरण फेरी पनि नचिकेता कै लिन सकिन्छ । यमराजको ठूलो धन दौलत, सुन, गाईबस्नु र हात्ती दिने प्रस्ताव नकार्दै वहाँले सूक्ष्म ज्ञान वा आध्यात्मिक ज्ञानका लागि अनुरोध गर्नुभयो । किनकि आध्यात्मिक ज्ञान भौतिक धन सम्पत्ति भन्दा कता हो कता राम्रो कुरा हो । वास्तवमा भौतिक धन सम्पत्ति आध्यात्मिक ज्ञान वा धन आर्जन गर्ने साधन मात्र हुन । ऋगवेदानुसार सूर्य नै धनको स्रोत हो । यसले नै तीन थरिका धनहरू प्रदान गर्छ । तर पनि आध्यात्मिक धनको ठूलो महत्व छ । नचिकेताले आध्यात्मिक धनलाई प्राथमिकता दिनु भयो । किनकि यो नै यो जुनीबाट अर्को जुनीमा स्थानान्तरण हुन्छ ।

भौतिक धन सम्पत्तिले थोरै समयको लागि मात्र खुशी ल्याउँछ तर सूक्ष्म ज्ञान वा आध्यात्मिक धन असल उद्देश्य सँगै आउँछ यसले मानिसलाई तत्काल खुशी बनाउन पनि सक्छ, नबनाउन पनि सक्छ । यसले शुरुमा थोरै पीडा ल्याउँछ तर यस्तो गन्तव्यमा पुऱ्याउँछ जहाँ दीगो शान्ति र परमानन्द प्राप्त हुन्छ । "खुशीको मार्ग" खुशीबाट सुरु हुन्छ र पीडादायक अन्त्यमा समाप्त हुन्छ । तर असल मार्ग कठिनाई र पीडाबाट शुरु हुन्छ र आनन्दमा समाप्त हुन्छ । भौतिक धनले क्षणिक खुशी प्रदान गर्छ तर आध्यात्मिकले लामो शान्ति र आनन्द प्रदान गर्दछ । यसले अनन्त शान्ति र आनन्द ल्याउँछ जुन यो जुनीमा मात्र होइन अर्को जुनीमा पनि उपभोग गर्न पाइन्छ ।

भौतिक धनले व्यक्तिलाई गलत गन्तव्यमा पुऱ्याउँछ । यसको सम्पूर्ण प्रयत्नहरू शारीरिक हाडमासु, इन्द्रियहरूलाई नै सन्तुष्ट गर्न केन्द्रित रहेको हुन्छ । यसले न त जीवात्मालाई सन्तुष्ट बनाउँछ न त परमात्मालाई नै । इसाई धर्मले पनि यही सन्देश दिएको छ । इसाई धर्मले आध्यात्मिक धनलाई प्रकाश पार्छ । भौतिक धनले वैमनश्यता,

अन्याय र हिंसा बढाउँछ । यसले छिमेकी तथा साथीभाइलाई टाढा बनाउँछ । बाइबल भनेको नै ज्ञान र प्रज्ञाको दस्तावेज हो । समय र स्थान अभावका कारण येसु खीष्टका सबै राम्रा सन्देशहरू यो किताबमा राख्न सकिन । तर पनि साधारण लाजारुस र धनी मान्छेको कथा नै सर्वसाधारणलाई बुझ्नका लागि काफी छ (लुका १६, १९-३१, बाइबल) । यसै सन्दर्भमा चाल्स एफ बुनिङको तलको उक्ति सम्झन योग्य छः

"यदि संसारको सबै सुनलाई पगाल्यौ भने यसबाट आठवटा कोठा गरेको घर बन्न सक्छ । यदि एउटा व्यक्तिले खर्बौं डलर बराबरको सम्पत्ति पायो भने पनि उसले साथी, चरित्र, मनको शान्ति, पूर्ण चेतना र अनन्तको भाव किन्न सक्दैन ।" - चाल्स एफ. वुनिङ

लाजारुस र धनी मान्छेको कथाले आध्यात्मिक धन र भौतिक धन बुझ्नलाई मद्दत गर्छ । धनी व्यक्ति भौतिक धनको र लाजारुस आध्यात्मिक धनको प्रतिनिधि पात्रहरू हुन् । धनी व्यक्तिसँग प्रशस्त भौतिक धन छ तर आध्यात्मिक धन छैन । अर्को तर्फ लाजारुससँग आध्यात्मिक धन प्रशस्त छ तर भौतिक धन छैन । हामी सबै यी दुई बीचमा छौं । कसैसँग धेरै भौतिक धन र थोरै आध्यात्मिक धन छ भने कसैसँग धेरै आध्यात्मिक धन र थोरै भौतिक धन छ । बाइबलमा उल्लेख भएअनुसार दुवै धन एकै चोटी प्राप्त गर्न सकिँदैन । राजा सोलोमनले भौतिक धन सम्पत्ति, दीर्घायु र सम्मानको साटो ज्ञान र प्रज्ञालाई रोज्नु भयो किनकि प्रज्ञाले चाहनाहरूलाई लामो समयसम्म सन्तुष्ट बनाउन सक्छ (जेजियर, २००९) । इस्लामका अनुसार असल कर्म अथवा पवित्र कर्म आध्यात्मिक धन हुन । ईश्वरका आँखामा असल कर्म वा पवित्र कर्म (आध्यात्मिक) धन मात्र असली धन हो । भौतिक धनभन्दा कता हो कता राम्रो हो । ईश्वर वा अल्लाहबाट यस्तो असल कर्म गरे वापत इनाम, पुरस्कार प्राप्त हुन्छ (१९-४६, कुरान) । समाजको भलाईका लागि भौतिक र आध्यात्मिक धनलाई एकट्ठा गर्न जरुरी छ । भौतिक धन आध्यात्मिक धन प्राप्त गर्ने माध्यम बन्न सक्छ । नगन्य व्यक्तिले मात्र एकै समयमा दुवै आध्यात्मिक र भौतिक धन प्राप्त गर्न सक्छन् ।

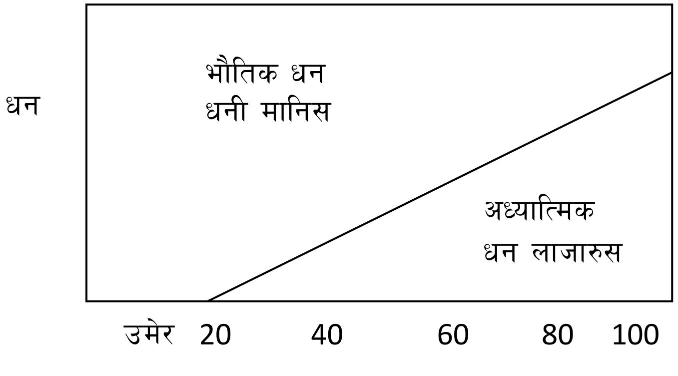
"कसैले पनि दुईजना मालिकलाई खुशी बनाउन सक्दैन । या त एउटालाई प्रेम गर र अर्कोलाई घृणा अथवा एउटालाई छोडेर

अर्कोमा भक्ति । तपाईं एउटै समयमा ईश्वर र पैसा दुवैको सेवा गर्न सक्नु हुन्न” (माथ्यु ७:२४, लुका ६:१३, बाइबल) ।

“यो संसारमा ती धनी हुन् जो सँग अहंकार छैन न त धनमा नै आशक्ति छ, जसको कुनै निश्चित छैन तर ईश्वरमा आशा र विश्वास छ। वहाँले (ईश्वर) मुट्ठी खोलेर हाम्रो आनन्दको लागि सबै कुरा दिनुहुन्छ” (तिमोथी ६:१७, बाइबल) ।

अब सुन्नुहोस् तपाई पैसा रुचाउनु हन्छ कि ईश्वर । छान्ने कुरा तपाईको हातमा छ । किनकि दया तपाईहरू माथि आइरहेको छ । तपाईको धन कुहिएको छ र किराले तपाईंका कपडाहरू खाएका छन् । तपाईंको सुन चाँदी खिइएका छन् । ती विस्तारै खिइदै जाने तत्वले तपाईं विरुद्धको साक्षी बन्ने छन् र आगोले झै तपाईंका हाडमासु खानेछन् । तपाईंले बितेको समयमा धेरै धन संग्रह गर्नु भएको छ (जेम्स ५:१-३, बाइबल) ।

चित्र ७: भौतिक धन र आध्यात्मिक धन



गृहस्थी अवस्था अथवा वयस्क अवस्थामा व्यक्तिसँग धेरै भौतिक धन र थोरै मात्र आध्यात्मिक धन हुन्छ । यस अवस्थामा व्यक्ति भौतिक धनकै सञ्चय गर्न तल्लीन रहन्छ, तथर्स आध्यात्मिक धन कमाउने फुर्सद नै हुँदैन । तर उसले जम्मा गरेको भौतिक धन लामो समयसम्म टिक्दैन । यसले व्यक्तिलाई केही निरास बनाउँछ । त्यसपछि उ टिकाउ धनको खोजी तिर लाग्छ । टिकाउ हुने धनले मात्र व्यक्तिलाई लामो

समयसम्म खुशी राख्न सक्छ । धेरैले आध्यात्मिक धनले मात्र व्यक्तिलाई लामो समयसम्म खुशी बनाउन सक्छ भन्ने जाने पछि आध्यात्मिक धन जम्मा गर्ने तिर लाग्छन् । त्यसैलाई सनातन धर्ममा वानप्रस्थ अवस्था अथवा आध्यात्मिक अभ्यासको तयारीको अवस्था भन्दछन् । जहाँ व्यक्ति विस्तारै भौतिक धनबाट छुटकारा लिन्छ । अन्त्यमा व्यक्ति आध्यात्मिक तिर जान्छ र सम्पूर्ण संसारका भौतिक सुख सम्पत्तिबाट टाढा रहन्छ । तर यसमा अपवादहरू पनि छन् । स्वामी विवेकानन्द र अरू धेरै विद्वानहरूले वयस्क अवस्थामा नै आध्यात्मिक धनमा धेरै ठूलो योगदान गर्नु भयो । चित्र ७ ले यो देखाउँछ कि धनी मान्छेसँग यो संसारमा धेरै भौतिक धन थियो तर अर्को संसारमा उसँग कुनै धन थिएन । अर्को तर्फ लाजारुससँग यो संसारमा कुनै भौतिक धन थिएन तर अर्को संसार वा स्वर्गीय अवस्थामा उसँग प्रशस्त धन थियो । यही संसारमा हेर्ने हो भने जोसँग धेरै भौतिक धन हुन्छ उसँग थोरै आध्यात्मिक धन हुन्छ । अर्कोतर्फ जोसँग धेरै आध्यात्मिक धन हुन्छ उसँग थोरै मात्र भौतिक धन हुन्छ । उदाहरणका लागि लाजारुस र धनी मानिस । लाजारुस भौतिक शरीर भएका व्यक्ति होइनन् । यी दुईले क्रमशः भौतिक र आध्यात्मिक धनको प्रतिनिधित्व गर्छन् । साधारण अर्थमा मनिसको उमेर सँगसँगै आध्यात्मिक धन पनि बढ्दै जान्छ । भौतिक र आध्यात्मिक धनबीच उल्टो सम्बन्ध वा व्यूत्क्रमानुपातिक ऋणात्मक सम्बन्ध रहन्छ । अपवादको रूपमा कसै कसैले सानै उमेर मै आध्यात्मिक सुन्दरता विकास गर्नु भएको छ ।

वैदिक सनातन धर्ममा राजा परिक्षितले भौतिक धन, पद र शक्तिको प्रतिनिधित्व गर्नुहुन्छ भने गरीब सुदामाले आध्यात्मिक धनको प्रतिनिधित्व गर्नुहुन्छ । भौतिक धन सम्पत्तिमा सुदामा गरिब हुनुहुन्छ तर आध्यात्मिक धनमा धनी । जबकि राजा परिक्षित भौतिक धनले सम्पन्न हुनुहुन्छ, वहाँसँग पद प्रतिष्ठा र शक्ति छ तर आध्यात्मिक धनको खडेरी परेको छ (शिवानन्द, १९९७) । वैदिक सनातन धर्मको सुदामा र इसाई धर्मको लाजारुसमा कुनै फरक छैन । दुवैले आध्यात्मिक धनको प्रतिनिधित्व गर्छन् । त्यस्तै सनातन धर्मका राजा परिक्षित र इसाई धर्मका धनी मानिसमा पनि कुनै फरक छैन । दुवैले भौतिक धनको प्रतिनिधित्व गर्नुहुन्छ । फरक केवल शब्द र नाममा मात्र पाइन्छ ।

बुद्धधर्ममा अष्टाङ्ग मार्गअनुसार मात्र धनको संचय गर्नुपर्छ । यसको अर्थ, कुनै पनि जीवलाई मारेर गरिने व्यापार, व्यवसाय, जनावरको मासुको व्यापार, हात हतियारको व्यापार, विष र लागु औषधिको व्यापार गरी पैसा कमाउन वर्जित छ । अनैतिक, गैरकानुनी, नीति विरुद्ध जीवकोपार्जनलाई रोक लगाउनु पर्छ । बुद्ध भगवनले सही अष्टङ्गमार्गको प्रयोग गरी धन सम्पत्तिको संचय गरेका व्यक्तिहरूको प्रशंसा गर्नुहुन्छ । बुद्ध भगवानले माध्यम मार्ग अपनाउनु भयो । वहाँका अनुसार धन विस्तारै धैर्यतापूर्वक कमाउनु पर्छ । बुद्धधर्मले असल कर्मद्वारा कमाएको धन सम्पत्तिको आदर गर्छ । एकजना व्यक्ति रातरातै करोडपति हुन सक्दैन । विस्तारै शारीरिक वा मानसिक श्रमबाट धन आर्जन गर्नुपर्छ । यो भौतिकवादी दुनियाँ जहाँ भाग्य दाहिने भएर कतिले छिटोछिटो कमाउँछन् र कतिले छिटोछिटो अभागी क्रियाकलापले सबै गुमाउन पुग्दछन् । खासगरी जोखिमूर्ण वित्तीय व्यापारमा कोही तुरुन्तै अरबपति त कोही तुरुन्तै खागपति हुन्छन् । यसै कारण धेरै व्यक्तिहरू मानसिक सन्तुलन गुमाउन पुग्छन् ।

भौतिक अर्थशास्त्रमा धनले छोटो समयसम्म मात्र आयको प्रवाह गर्छ । यदि तपाईंको घर छ भने यसबाट ५०/६० वर्षसम्म मात्र घरभाडा प्राप्त हुन्छ तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा लाभको प्रवाह अनन्त हुन्छ । यस्तो प्रवाह अर्को जन्मसम्म पनि प्राप्त गर्न पाइन्छ । त्यसैले आध्यात्मिक अर्थशास्त्र निकै महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

इस्लामका अनुसार धनले असल उद्देश्य हाँसिल गर्न सहयोग पुऱ्याउनु पर्छ । यो सीमित धनी व्यक्तिहरूमा मात्र केन्द्रित हुनु वा वितरण हुनुहुँदैन (कुरान, ५९:७) । यसको मतलब यो हो कि, धनको पुर्नवितरण गरिब व्यक्तिहरूमा हुनुपर्छ । जकात वा सादक वा अरू स्वेच्छाले प्रदान गरेको दानबाट पुनर्वितरण हुनसक्छ । कुरानले अझ व्याख्या गरिदिएको छ कि जसले सहयोगको अनुरोध गर्छन वा जो राम्रो जीवन बाच्न सकिरहेका हुँदैन त्यस्ता व्यक्तिहरूको अंश(Share) तपाईले कमाउनु भएको धनमा छ (कुरान, ७०:२४, २५ र ५१:१९) । ईश्वरले सबैलाई बराबरी बाडेर उपभोग गर्न धन दिनु भएको हो तर हामी नै हौ जसले बराबरी नहुने गरी बाँडिदियौ । सबै धार्मिक आस्थामा धनलाई

बाड्न सन्देशहरू दिनु भएको छ । धन संचय गर्न होइन बरु आवश्यकतामा बाँचीरहेका व्यक्ति वा परिवारलाई दिन इश्वरले प्रदान गर्नु भएको उपहार हो ।

४.२ आध्यात्मिक सम्पत्ति

पुण्य शब्दले जैन, बुद्ध र वैदिक सनातन धर्ममा ठूलो महत्व राख्छ । यसले बृहत अर्थ बोकेको छ । त्यो पवित्र र असल कर्मबाट प्राप्तहुने आनन्द हो । बुद्धधर्ममा सात किसिमका आध्यात्मिक धन सम्पत्तिको वर्णन गरिएको छ । तिनीहरू विश्वास, नैतिक चरित्र, गलत कार्य गर्न लाज लाग्ने, आफ्नै चरित्रको विकास गर्ने, भौतिक सम्पत्ति अरूको हितको लागि छाडिदिने र अरू ३ वटा गुण जस्तो कि दुःख, अस्थायित्व र परोपकारी सोच (लोए, २०१५) । वैदिक सनातन धर्ममा पनि पुण्यको अर्थ बुद्धधर्ममा जस्तै छ । पवित्र कर्म सबै धार्मिक ग्रन्थहरूमा वर्णन गरिएको छ तर यसले पनि पुण्यको पूर्ण अर्थ दिन सक्दैन । पापको उल्टा नै पुण्य हो । साधारण अर्थमा पुण्य भनेको परोपकारी कार्यबाट प्राप्तहुने आनन्द हो । यसलाई नै हामी आध्यात्मिक सम्पत्ति भन्दछौं । हामी जानी नजानी पुण्य र पाप कर्महरू गरिरहेका हुन्छौं । पुण्यबाट पाप घटाएपछि खुद पुण्यकर्म निस्किन्छ । खुद पुण्यकर्म नै आध्यात्मिक सम्पत्ति हो । तर बुद्धधर्ममा चाँहि पुण्यले पाप घटाउन वा पखाल्न नसकिने विश्वास छ । जे भए पनि पुण्य वा पवित्र कार्य सबै आस्थाहरूमा आध्यात्मिक सम्पत्तिको रूपमा लिइन्छ । सम्पत्ति दुई प्रकारको हुन्छ, एउटा भौतिक र अर्को चाँहिँ आध्यात्मिक । आधुनिक अर्थशास्त्रले भौतिक सम्पत्तिको बारेमा अध्ययन अनुसन्धान र व्याख्या गर्छ भने आध्यात्मिकले आध्यात्मिक सम्पत्तिको ।

भौतिक अर्थशास्त्रले व्यक्तिलाई कहिल्यै पनि पूर्ण सन्तुष्ट बनाउन सक्दैन किनकि चाहनाहरूको कारणले उ वस्तुको उत्पादन र वितरण मै व्यस्त रहन्छ । एउटा चाहना पूर्ति गर्न काम गर्छ त्यसपछि अर्को चाहना आउँदछ, त्यसपछि तेस्रो चाहना आउँदै गर्छ । त्यसैले मृत्युको मुखसम्म पनि नयाँ नयाँ चाहना आउँदै गर्छन् । त्यसैले आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले सम्पत्तिको चाहनालाई सीमित गराउन सिकाउँछ । सीमित भौतिक चाहनाले आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त गर्न मद्दत

गर्छ । आध्यात्मिक व्यक्ति कहिल्यै वेखुस हुँदैन । आध्यात्मिक सम्पत्तिको उत्पादन र संचय व्यक्तिको आध्यात्मिक चाहनामा निर्भर रहन्छ । आध्यात्मिक ऋषि मुनीहरू खुशी थिए किनकि उनीहरूमा धेरै आध्यात्मिक सम्पत्ति र थोरै मात्र भौतिक सम्पत्तिको चाहना थियो । अहिले हाल हामी जे जति आध्यात्मिक सम्पत्ति भोग चलन गरिरहेका छौं, त्यो हाम्रा पूर्खाहरूले प्राचीन समयमा जम्मा गरेका हुन् । पूर्वेलीहरूको मूल आध्यात्मिक सम्पत्ति भनेको वेद र उपनिषदहरू नै हुन् । भौतिक अर्थशास्त्रमा ऊर्जाको संचय गर्न कठीन छ तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा सजिलो छ । आध्यात्मिक सम्पत्ति महत्वपूर्ण छ किनकि यसले पछिसम्म भाडा वा कुत दिइरहन्छ, यस्तो कुतको प्रवाह अर्को जुनीमा पनि भइरहन्छ । मैले यहाँ हृदयलाई भौतिक वस्तु नभएर आध्यात्मिक अदृष्य वलको रूपमा प्रयोग गरेको छु । जसले दया, करुणा, क्षमा र साँचो प्रेमको प्रवाहलाई अनवरत रूपमा प्रवाह गर्छ । उसको मनमा चीर शान्ति छाउँछ । यसले अझ पवित्र कर्म तिर लगाउँछ । आध्यात्मिक साधन र ज्ञानले मानिसको हृदय र मनलाई मात्र पवित्र बनाई सामाजिक मनलाई पनि पवित्र बनाउँछ । यसले मुक्तिको मार्गमा लगाउँछ र स्वर्ग वा परमधाम पुग्ने भऱ्याङ तयार गर्छ । प्राचीन ऋषिहरूले धेरै परिश्रम गरेर आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गरी हाम्रा लागि छोडेर जानु भएको छ । त्यो ऊर्जा अदृश्य छ । त्यसैले यसलाई मापन गर्न पनि कठीन छ । वास्तवमा यो सुक्ष्म विद्युतीय ऊर्जा जस्तै हो ।

सरल रूपमा भन्दा पुण्यको उत्पादन भन्नु नै आध्यात्मिक वस्तु र सेवाको उत्पादन हो जसले आध्यात्मिक चाहनालाई सन्तुष्ट गरिदिन्छ । चाहनालाई पहिला वर्गीकरण गरेजस्तै दुई भागमा विभाजन गरिएको छ । आध्यात्मिक र भौतिक । एक जनाले पवित्र कर्म गरेर पुण्यको उत्पादन गर्न सक्छ । पुण्य त्यस्तो पवित्र कर्म हो, जुन प्रतिफलका आशा नलिइ गरिन्छ । त्यसैलाई श्रीमद्भगवत गीतामा निष्काम कर्म भनिएको छ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको उद्देश्य यो लोक र परलोकमा मानिस र अरू जीवित प्राणीको भलाई गर्नु हो (प्रभूपाद, १९७२) । व्यक्तिगत वस्तु र सेवाहरू आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा हुँदैनन्, किनकि यो अर्थशास्त्रमा अरूको फाइदा मात्र विचार गरिन्छ । कर्म भन्नाले धारणा, सोचाइ,

बोलाइ र शारीरिक कर्महरूलाई समेट्छ जसमा व्यक्तिहरू कामनारहित भएर निष्काम कर्म गर्छन् । हामीहरूले यस्ता कर्महरू गर्नुपर्छ जसले यो लोक र परलोकमा सबै व्यक्तिहरूलाई फाइदा पुऱ्याउँछ र कसैलाई हानि गर्दैन ।

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा उत्पादन भौतिक अर्थशास्त्रमा भन्दा फरक ढंगले हुन्छ । आध्यात्मिक चाहनाहरूलाई सन्तुष्ट गर्न आध्यात्मिक सेवा, ज्ञान र प्रज्ञा उत्पादन गरिन्छ । अझ पनि उत्पादन प्रक्रियालाई व्याख्या गर्न कठीन छ । अझै पहिलाका ज्ञानहरूलाई पूर्ण रूपमा पत्ता लगाई सार्वजनिकीकरण गर्न सकिएको छैन । धेरै कुरा पत्ता लगाउन बाँकी नै छ । ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन नै आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको कार्य हो किनकि यसले हाम्रो अन्तष्करणलाई (हृदय र मन)सफा गर्छ । यसले परमेश्वरलाई पनि खुशी बनाउँछ र मनलाई आत्मासँग जोड्दछ । सबै धर्ममा प्रज्ञा उल्लेख गरिएको छ । वास्तवमा इसाई, बुद्ध, हिन्दू र इस्लामी जे जति आस्थाहरू छन् तिनीहरू प्रज्ञाको अनुभव लिनका लागि नै सिर्जना गरिएका हुन् । यी सबैले प्रज्ञा माथि नै प्रकाश पार्दछन् । सबै आस्थाको माध्यमिक उद्देश्य प्रज्ञालाई प्रवर्धन गर्नु नै हो । अन्तिम उद्देश्य भनेको शान्ति र आनन्दलाई दिगो बनाई राख्नु हो । प्रज्ञा र ज्ञान उस्तै शब्द होइनन् । प्रज्ञा भित्रबाट पलाएर आउँछ जबकि ज्ञान अरूबाट सापटी लिन सकिन्छ तर प्रज्ञा आफ्नै अनुभवबाट मात्र प्राप्त हुन्छ । आध्यात्मिक हिसावले प्रज्ञाको अर्थ ज्यादै गहिरो छ । यसले मनलाई आत्मा वा परमात्मासँग जोड्छ । हामीहरूले इन्द्रियहरूलाई गलत कर्म गर्न अनुमति दिनु हुँदैन । जिब्रोलाई झुटो बोल्न, कानलाई खराब कुरा सुन्न, आँखालाई हिंसा हेर्न, नाकलाई कृतिम गन्ध सुघ्न दिनु हुँदैन । त्यसैले इन्द्रियलाई नियन्त्रण गर्न साधना र अभ्यास गर्नु पर्छ ।

नेपाली आदिकवि भानुभक्तले आफू मिटाई अरूलाई दिनु नै पुण्य हो भन्नु भएको छ (आचार्य, २०१०) । वास्तवमा यो यस्तो कर्म हो, जसले परोपकार गर्दछ । सरल रूपमा भन्दा यो यस्तो भण्डारण हो जुन पवित्र कर्महरूद्वारा संचित हुन्छ । यसले अरूलाई खुशीको प्रवाह गर्छ । पाप अर्को तर्फ नराम्रा कर्मबाट प्राप्त हुन्छ । जसले व्यक्तिलाई बेखुस बनाउँछ । पुण्यले अरूको पीडालाई हटाउँछ भने पापले अरूलाई

पीडा दिन्छ । पुण्यले समाजका सबै व्यक्तिहरूलाई खुशी प्रदान गर्छ । तर यो भेन्डिङ मेसिन होइन जहाँ आज राम्रो काम गरे भोलि नै फल पाइयोस् । आफ्नो भन्दा अरूको खुशीको लागि पुण्यले काम गर्छ । अरू खुशी हुँदा आफू खुशी हुनुपर्छ । फलको आशा हुनु हुँदैन यदि कसैले फलको आशा गर्छ नै भने उसले लामो समयसम्म कुर्न पर्छ । यस्तो धैर्यता अध्यात्मशास्त्रमा हुनैपर्छ । जतिजति पुण्य परिपक्क हुदै जान्छ, त्यति नै खुशी र आनन्द पनि बढ्दै जान्छ । तर पापले भने पीडा बाहेक अरू केही ल्याउदैन ।

पुण्यनुबन्धुपुण्य: महावीरका अनुसार आफूलाई नराखी अरूलाई दिनु नै पुण्यनुबन्धुपुण्यकर्म हो । व्यक्तिको कमाइ अहिंसात्मक कर्मबाट भएको हुनुपर्छ । व्यक्तिले कमाइ गर्दा अरूलाई वेखुस हुने कर्म गर्नुहुँदैन । पुण्यले हाम्रो जीवनमा आनन्द ल्याउँछ र पुन: यसले हामीलाई पुण्य कर्ममा लगाउँछ ।

पुण्यनुबन्धु पाप: महावीरका अनुसार कसैले पुण्य गर्दागर्दै पाप पनि गरिरहेको हुन्छ । हिंसाको सहारा लिएर वा हिंसालाई माध्यम बनाएर अरूको परोपकार गरिन्छ भने त्यो पुन्यनुबन्धुपाप हो । यसले हाम्रो जीवनमा आनन्द त ल्याउँछ तर पवित्रताको बदला यसले पाप जम्मा गर्छ । त्यसैले साध्य र साधन दुवै पुण्य हुन जरुरत छ । हिंसाको माध्यमबाट प्राप्त पुण्यले आनन्द त दिन्छ तर पाप मात्र सञ्चय हुन्छ ।

दयालु कार्य वा क्षमाशील कार्य गोप्यरूपमा गर्नुपर्छ । यदि विज्ञापन वा प्रचारको लागि कसैले दयालु काम गर्दैन भने परमेश्वर वा येसु ख्रिष्टले पुरस्कार दिनुहुन्छ । हिजो आज व्यक्ति, यु.एस.डि. १०० दान गरेर यु.इस.डि. २०० बराबरको विज्ञापन गर्न चाहन्छ यस्तो व्यापारी बुद्धिबाट कसरी आध्यात्मिक सेवा वा ऊर्जा उत्पादन हुन्छ ? जसले गोप्य रूपमा दान दिन्छ उसलाई परमेश्वरले खुल्ला रूपमा पुरस्कार प्रदान गर्नुहुन्छ (म्याथ्यु ६:२, ६:४) । भौतिक अर्थशास्त्रले खुद फाइदा बारे व्याख्या गर्छ तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले कसैलाई हानि वा बेखुश नगरी सबै सदस्यहरूलाई वा अधिकतम सदस्यहरूलाई खुशी बनाउँछ । त्यसैले पापको उत्पादन नै नभएपछि पुण्यबाट पाप घटाउन

आवश्यक परेन। कसैले पुण्य र पाप दुवै गर्छ भने पुण्यबाट पाप घटाई खुद पुण्य निकाल्नु पर्छ।

४.३ सर्न्दभसूची

आचार्य, वी. (२०१०). भानुभक्त रामायण अरु फुटकर रचना सहित, साझा प्रकाशन, काठमाडौं।

अलि, एम.एम. (२९१७). होलि कुरानको अंग्रेजी अनुवाद, पाकिस्तान।

www.aaiil.org/text/hq/comm/muhammadalienglishholyquran1917/muhammadalienglishholyquran1917.shtml

वोधी, भिक्षू (२००५). दान : दानको अभ्यास। http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/

चिन्मोई, एस.(२००४). पूर्वीय हृदय र पश्चिमी मस्तिष्कको एकिकरण भाग १, अग्नि प्रेस, न्यूयोर्क। http://www.srichinmoy.org/files/pdf/book-1455-Lectures-Part-1.pdf

चिन्मोई, एस.(२००४). पूर्वीय हृदय र पश्चिमी मस्तिष्कको एकीकरण भाग २, अग्नि प्रेस, न्यूयोर्क। http://www.srichinmoylibrary.com/ehwm_2

चिन्माई, एस.(२००४). पूर्वीय हृदय र पश्चिमी मस्तिष्कको एकीकरण भाग ३, अग्नि प्रेस, न्यूयोर्क। http://www.srichinmoylibrary.com/ehwm_3

दयानन्द, एस.(२००८). ऋगवेद भास्यम, किताब न. २ वैदिक पुस्तकालय। http://www.vedicgranth.org/home/the-great-authors/maharshi/rigved-bhasyam-book-2

आइन्सटाइन, सी.(२०११).पवित्र अर्थशास्त्र : संक्रमणमा पैसा, उपहार र समाज। इभोल्भर संस्करण

कृष्णानन्द (मिति नखुलेको). कठोपनिषद माथिको टिप्पणी। डिभाइन लाइफ सोसाइटी। http://www.swami-krishnananda.org /chhand/ch_2b.html#4

कृष्णानन्द (१९८४). छान्दोग्य उपनिषद. शिवानन्द आश्रम, ऋषिकेश, भारत।

http://www.swami-krishnananda.org /chhand/ch_2b.html#4

रोए, डि. (२०१५). बुद्धिजम र समृद्धि ।
http://buddhism.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-MISC/101785.htm

मुहम्मद, ए. माझलिसी. वि. (२००४). आइन अल हयात, जीवनका आधार, अध्याय ६, उखान तथा नियम सहित तहिर विलग्रामीद्वारा अनुवादित । अन्सारियन ।
www.al-islam.org/print/book/export/html/28525

मुलर, एफ. एम. (१८९६). ऋग्वेद सँहिता, भाग १, ब्राह्मणका पवित्र भजन । अनुवादित र विस्तारित संस्करण, अक्सफोर्ड, लन्डन ।

निखिलानन्द (मिति नखुलेको) उपनिषदहरू ।
www.vivekananda.net/PDFBooks/upanishads_nikhilananda.pdf

निखिलानन्द (१९५२). उपनिषदहरू । श्वेताश्वुतरापनिषद, प्रश्न र मान्डुक्य उपनिषद, (गैडापद कारिक सहित) भाग २, हार्पर र व्रदर्श प्रकाशन न्यूयोर्क, अमेरिका ।

प्रभुपाद, एस. (१९७२). भगवत गीता यथारुप, पूर्ण संस्करण, कोलियर म्याक मिलन प्रकाशन लन्डन ।

शिवानन्द (१९९७). कृष्ण भगवान वहाँका लीला र शिक्षाहरू ।
www.dlshq.org/download/lordkrishna.pdf

जेजियर, जे. (२००९). सोलोमनका २९ प्रज्ञाहरू । नयाँ अंग्रेजी अनुवाद सेम्टुजेन्ट ।
ccat.sas.upenn.edu/nets/edition/29-wissal-nets.pdf

...........,पवित्र बाइबल राजा जेम्स संस्करण, www.davince.com

...........,ऋग्वेद संहिता, हिन्दी संस्करण ।
http://www.digitallibraryonline.com/2014/09/rig-veda-in-hindi-1.html

............, सोलोमनका प्रज्ञा ।
http://www.jacksonsnyder.com/yah/manuscript-library/06-wisdom_of_solomon.pdf

............, पवित्र बाइबल, नयाँ अन्तर्राष्ट्रिय संस्करण (१९७३) ।

............, नयाँ नियम (बाइबल), भजन र उखान, विश्व अंग्रेजी, बाइबल ।

अध्याय पाँच
आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन

"धेरै ज्ञान भयो भने अहम् घट्छ, थोरै ज्ञान भयो भने अहम् बढ्छ।"

अल्वर्ट आईन्सटाइन

५.१ आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन

अध्यात्ममा ज्ञान भन्नाले शरीर, मन र आत्मा बारेको ज्ञान बुझ्नु पर्छ। यसको मतलव भौतिक, इन्द्रियजन्य र संसारिक ज्ञान होइन अध्यात्ममा ज्ञान। ज्ञान भन्नाले मन र आत्माको प्रकृति र स्वभाव बारे अनुसन्धान र अनुभवबाट प्राप्त ज्ञान भन्ने बुझ्नु पर्छ। यस्तो ज्ञान प्राप्त गर्न किताबबाट र उपदेशक वा गुरुबाट थोरै मात्र सहयोग पुग्छ। थोरै उपासक र उपासिकाका भएकै कारण आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन सीमित हुन पुगेको छ। आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादनले प्राचीन समयमा उच्च प्राथमिकता पाएको थियो। भौतिक वस्तु र प्रविधिको विकासका कारणले विस्तारै त्यो प्राथमिकता हराउँदै गयो र आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन ओझेलमा पऱ्यो। अन्त्यमा आएर भौतिक र आध्यात्मिक ज्ञान बीच असन्तुलनको अवस्था सिर्जना भयो। त्यही असन्तुलनका कारण धेरै व्यक्तिहरू समस्याहरूमा जेलिन पुगेका छन्। करीब २००० वर्षभन्दा अगाडि उत्पादन गरिएका आध्यात्मिक ज्ञानबाटै अहिलेसम्म जीवित र निर्जीवत वस्तुहरूलाई फाइदा पुगिरहेको छ। त्यो भौतिक र आध्यात्मिक ज्ञानको असन्तुलनलाई ठीक पार्न आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाको पुनर्उत्पादन गर्न जरुरी भई सकेको छ।

केही विद्वानहरूले आध्यात्मिक ज्ञानको पुर्नउत्पादन शुरु गर्नु भएको छ। ज्ञानको उत्पादन, भौतिक सेवाको उत्पादन जस्तो सजिलो छैन। यो कार्य निकै कठीन छ। धेरै प्रयोगहरूको आवश्यकता पर्छ। परमेश्वरले कसैलाई गाली नगरी, नझर्कीइकन सबैलाई ज्ञान र प्रज्ञा

दिनु हुन्छ (जेम्स १:५, बाइबल) । अहिलेका अध्ययनहरू र साधनहरू भौतिक वस्तुले छोपेर राखिएको ज्ञानलाई पन्छाई सार्वजनिकीकरण गर्नमा नै सीमित हुन पुगेका छन् । अहिलेको परिश्रम केवल धार्मिक पुस्तकको व्याख्यामा सीमित हुन पुगेको छ । धर्म निरपेक्ष आध्यात्मिक ज्ञान विस्तारै बढ्दै गएको छ । आध्यात्मिक ज्ञान धर्म, उमेर, लिङ्ग, वर्ग, जाति निरपेक्ष हुन्छ अथवा जाति, धर्म, वर्ण, लिङ्ग र उमेरसँग यसको कुनै साइनो छैन । आध्यात्मिक ज्ञान भनेको विश्वकै लागि लाभदायक कुरा (Global goods) हो । तसर्थ उत्तर र दक्षिण, पूर्व र पश्चिमका देशहरू वा संस्थाहरू बीच सहकार्य हुन जरुरी छ । आध्यात्मिक ज्ञान उत्पादन गर्ने संस्थाहरूको एउटा विश्वव्यापी सञ्जाल स्थापना गर्न जरुरी भएको छ, जसले ज्ञानलाई अझ विश्लेषण, परिमार्जन गरी सदर गर्न सकियोस । गलत व्याख्यालाई सच्याउन सकियोस । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको क्रमबद्ध वा पद्दतिगत हिसावले पुनरावलोकन गर्न सकियोस् । धेरै आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन त इसापूर्व मै भई सकेको थियो । उपनिषदहरू, बाइबल, धम्मपद र कुरानहरू प्राचीन अवस्थामा उत्पादित ज्ञानका सङ्ग्रहहरू हुन् । कुनै सम्प्रदाय वा धर्मका पेवा होइनन् । त्यसलाई नै आध्यात्मिक ज्ञानको हिसावले सबैभन्दा धनी युग मान्न सकिन्छ । आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन भौतिक वस्तुको छायाँमा पऱ्यो त्यसैले थप ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन र प्रयोग हुन सकेन । आध्यात्मिक अनुसन्धान केवल ज्ञान र प्रज्ञाको खोज र व्याख्यामा सीमित हुनपुग्यो ।

साझा बुझाइ के छ भने प्रज्ञा परमेश्वरले प्रदान गर्नु हुन्छ, यसलाई पुर्नउत्पादन गर्न जरुरी छैन । मेरो विचारमा ज्ञान र प्रज्ञाको पुर्नउत्पादन गर्नलाई नै परमेश्वरले हामीलाई वुद्धि दिनु भएको छ । तर परमेश्वरबाट प्राप्त क्षमतालाई हामीले पूर्णरूपमा उपयोग गर्न सकेका छैनौं । केही साथीहरू भन्नुहुन्छ प्राचीन अवस्थामा जति ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन भयो त्यो नै काफी छ । तर मेरो विचारमा आध्यात्मिक ज्ञान अनन्त छ, जति अभ्यास, साधना वा अनुसन्धान गरे पनि कहिल्यै सकिँदैन । ज्ञान र प्रज्ञालाई विलाउन वा मर्न नदिन पनि पुर्नउत्पादन गर्न जरुरी छ । हाम्रो आफ्नै साधनाबाट र अनुभवबाट प्राप्त ज्ञानले विश्वज्ञानमा र महाप्रज्ञामा योगदान दिन सक्छ । हाम्रो मनमा शान्ति र

आनन्द ल्याउन पनि आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाको पुर्नउत्पादन हुन जरुरी छ ।

आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन कार्यको विषयमा विगतमा केही अध्ययन अनुसन्धान भएका थिए । तर त्यसपछि ज्ञानको खेती नै भएन, कुनै थप अनुसन्धान भएनन् । ज्ञान दुई किसिमका हुन्छन्, आध्यात्मिक ज्ञान, जसलाई हामी विद्याबाट प्राप्त वा साधनाबाट प्राप्त ज्ञान भन्दछौं, अर्को ज्ञान भौतिक विज्ञानबाट वा अविद्याबाट प्राप्त ज्ञान भन्दछौं । इशोपनिषदका अनुसार जो भौतिक वस्तुबाट सुख र खुशी हुने ज्ञानका पारखीहरू घोर अन्धकारमा पर्दछन् (परमानन्द, २०११) । उनीहरू दण्डका कारण अन्धकारमा पर्ने नभएर आफ्नै गलत कार्य वा कुकर्मका कारण अन्धकारमा पर्छन् । भौतिक वस्तुको ज्ञानले मानिसलाई अज्ञानता, अन्धकार र संसारिक माया जालमा फसाउँछ । अर्कोतर्फ केवल आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाले पनि जीविकोपार्जन गर्न र दान दिन सकिँदैन । अरूको परोपकार गर्न सकिँदैन । आध्यात्मिक उद्देश्य प्राप्त गर्न भौतिक स्रोत र साधनको जरुरी पर्छ । इशोपनिषदका अनुसार जसले दुवै, आध्यात्मिक र भौतिक ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन गर्छ उसले यो लोक र परलोकमा सर्वोच्च पद प्राप्त गर्छ । तर एकै पटक आध्यात्मिक र भौतिक ज्ञान र प्रज्ञा पाउन कठीन छ ।

५.२ आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रीहरूका लागि कसरी आध्यात्मिक शक्ति वा ऊर्जा उत्पादन गर्न सकिन्छ यो नै अहिले मुख्य चुनौति हो । आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन तब सम्भव हुन्छ, जब शरीर, मन र आत्माको मिलन हुन्छ । शरीर, मन र आत्माको मिलन तब हुन्छ जब इन्द्रियहरूलाई मनले, मनलाई बुद्धिले र बुद्धिलाई आत्माले नियन्त्रण गर्छ (भगवत गीता, ३:४३) । शरीर, इन्द्रिय र मनलाई नियन्त्रण गर्ने धेरै तरिकाहरू वा विधिहरू छन् ।

आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन परिमाण, सफा शरीर, निर्मल र एकत्रित मन र निर्मल आत्मामा निर्भर रहन्छ । जति मन निर्मल र शान्त हुन्छ, एकत्रित हुन्छ त्यति नै बढी आध्यात्मिक ऊर्जा प्राप्त हुन्छ । यदि

व्यक्तिले शरीर, मन र वुद्धिलाई नियन्त्रण गऱ्यो भने उ उच्चतम् शक्ति केन्द्रमा जोडिन पुग्छ। त्यसो गर्नका लागि उसले मनलाई बुझ्न, यसलाई स्वतन्त्र छाड्न र फर्काउन जान्नुपर्छ। मनलाई तालिम दिन तरिकाहरू जान्नु पर्छ। त्यही मनलाई बुझ्ने, विचरण गर्न छोड्ने, तानेर पुन सोही स्थानमा ल्याउने र एकत्रित गर्ने र मनलाई तालिम दिने प्रक्रियालाई नै हामी ध्यान भन्दछौं। ध्यान, योग, क्षमा, यज्ञ, समर्पण, दान र परोपकारी कार्यबाट आध्यात्मिक ऊर्जा प्राप्त हुन्छ। ध्यान, ज्ञान, दान, समाधि, वीरता, आदि पारमिता हुन्। यिनीहरुले हामीलाई र हाम्रो पृथ्वी माताको सुरक्षा गर्छन्। विचारले ठूलो शक्ति/ऊर्जा उत्पादन गर्छ। जसले रोग निको बनाउँछ र मानिसको मन मस्तिष्कलाई नै रूपान्तरण गर्छ। विचारको वेग वा गति कल्पना गर्न नै नसकिने किसिमको छ (शिवानन्द, १९९६)। परमेश्वरले हामीलाई आत्मा दिनु भएको छ त्यो डर मान्नका लागि होइन बरु शक्ति/ऊर्जा उत्पादन र संचयको लागि दिनु भएको हो (वीटनी, २०१४)। यस्तो आध्यात्मिक ऊर्जाको ठोस मापन गर्ने यन्त्र र माप छैन। धेरैको मतमा यस्तो पवित्र ऊर्जा/शक्तिको स्रोत परमेश्वर हुन (शास्त्री, २००८)। यस्तो पवित्र ऊर्जाको उत्पादन वा प्रवाह तब हुन्छ जब शरीर, मन र आत्माको संगम हुन्छ। जब यी एक अर्कामा जोडिन पुग्छन्, तब परमात्माले मन, इन्द्रिय र शरीरमा त्यस्तो ऊर्जाको विस्तार गर्नुहुन्छ। त्यसैले परमात्मा नै पवित्र ऊर्जाको मुहान हो। यस्तो ऊर्जाको मापन गर्न सजिलो छैन। यसलाई क्रममा राखेर (Ordinal scale) मा मात्र माप गर्न सकिन्छ। यस्तो ऊर्जाको अप्रत्यक्ष माप सेल्भरी कोर्टीशोल परीक्षण (Slavery Cortisol test) मार्फत् गर्न सकिन्छ। आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा उत्पादन कार्यले महत्वपूर्ण स्थान लिन्छ। आध्यात्मिक ऊर्जाको परिमाण सफा र स्वस्थ शरीर, ध्यान वा एकत्रित मनमा निर्भर रहन्छ। यसको सुत्र तल दिइएको छ।

$$QP = f(b, m, s, c)$$

यहाँ

QP ले आध्यात्मिक ऊर्जाको परिमाण बुझाउँछ।
B ले सफा र स्वस्थ शरीर बुझाउँछ।
M ले ध्यानमय र एकत्रित मन बुझाउँछ।
S ले निर्मल जीवात्मा बुझाउँछ।
C ले ध्यान वा एकत्रित मनको गहिराई बुझाउँछ।

हरेक धार्मिक आस्थाको आ-आफ्नै हुन्छ । प्रत्येक व्यक्तिले आध्यात्मिक साधना पछि आफूभित्रै प्रचुर मात्रामा शक्ति छ अथवा ऊर्जा छ भने अनुभव हुन्छ । माथि व्याख्या गरेअनुसार मानव चाहना/इच्छा अनियिनत्रत घोडा जस्तै हुन् । यिनीहरूले हामीलाई दुःखमा पुऱ्याउँछन् । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा चाहनालाई सीमित बनाई, स्रोत र साधनको आन्तरिक प्रचुरताको अनुभव भएको हुन्छ । आध्यात्मिक ज्ञानले इच्छा वा चाहनालाई नियन्त्रण गर्न सिकाउँछ । किनकि यिनीहरू दुःखका कारक तत्व हुन् । यहाँ भौतिक वस्तुको रोजाइले त्यति महत्व राख्दैन किनकि चाहना वा इच्छाहरूलाई नियन्त्रण गरी सीमित बनाइएका हुन्छन् । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको उद्देश्य सूक्ष्म ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त गर्नु नै हो । आध्यात्मिक साधनामा व्यक्ति भौतिक वस्तुबाट टाढिन खोज्छ । स्रोत साधनको प्रचुरताको अनुभूतिले वस्तु वा सेवाको चहनालाई सीमित गरिदिन्छ । स्रोत साधनहरू परमेश्वरबाट प्राप्त उपहारहरू हुन् । यदि हामीमा आन्तरिक प्रचुरताको भावना विकास भएको छ भने यिनीहरू कहिल्यै पनि सकिँदैनन् । तापनि अविवेकी बाँडफाँड, अनावश्यक संचिति र हुने खाने व्यक्तिहरूबाट भएको अधिक उपभोगका कारण सर्वसाधारण व्यक्तिहरूमा स्रोत र साधनको सीमितता हुन पुगेको छ । ठूलाठूला स्रोत र साधन मुट्ठीभरका व्यक्तिहरूल हडपेका कारण पनि स्रोत र साधनको सीमितता हुन पुगेको हो ।

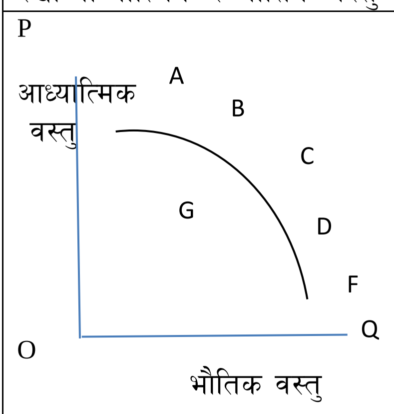
समाजले कुन आध्यात्मिक सेवा कति परिणामा उत्पादन गर्ने हो यकिन गर्नुपर्छ । धेरै समय भौतिक वस्तु र सेवाको उत्पादनमा मानिसले लगाउँदा आध्यात्मिक साधना र ज्ञानको लागि थोरै मात्र समय उपलब्ध हुन्छ । यसको अर्थ धेरै समय इन्द्रियहरूलाई सन्तुष्ट बनाउन र थोरै समय मात्र मन र आत्मालाई बुझ्न उपलब्ध हुन्छ । अहिले प्राय सबै समय भौतिक वस्तुको उत्पादन र वितरण र ज्यादै थोरै (नगन्य) समय मात्र आध्यात्मिक ज्ञानको लागि खर्चिन्छन् । यो ज्यादै असन्तुलित अवस्थामा हो । यसबाट कसरी स्वस्थ समाजको सिर्जना हुन्छ ? जबकि प्राय सबै समय इन्द्रियलाई सन्तुष्ट बनाउन कै लागि र नगन्य रूपमा मात्र मन र आत्मालाई सन्तुष्ट बनाउन खर्च गर्छौ ? यस्तो आन्तरिक पर्यावरणमा मानिसले शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्न कठीन छ ।

थोरै समय मात्र आध्यात्मिकताका लागि उपलब्ध भएको छ । त्यो समयलाई योग र ध्यानमा सन्तुलित रूपमा विभाजन गर्न आध्यात्मिक समाजका लागि अर्को चुनौति छ । प्रत्येक व्यक्तिले आ-आफ्नो आस्थालाई अनुशरण गर्दछन् । बुद्धधर्मका उपासक उपासिकाहरूले धेरै समय ध्यानमा र कम प्रार्थनामा लगाउँछन् । इस्लाम धर्मका व्यक्तिहरु धेरै समय प्रार्थना र थोरै मात्र ध्यानमा लगाउँछन् ।, सनातन धर्ममा धेरै समय यज्ञ र थोरै योगमा अथवा सम्प्रदायअनुसार कसैले धेरै योगमा र थोरै यज्ञमा लगाउछन् । यी ध्यान, योग, यज्ञ, प्रार्थना सबै प्लान्टले आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्छन् । यी सबै राम्रा र पवित्र कर्महरू हुन् । उत्पादन सम्भाव्यताको रेखा (Production possibility curve) आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा पनि उतिकै उपयोगी छ । समाजले योग र ध्यानलाई उच्च प्राथमिकता दिएको छ किनकि यिनीहरूले छिटै फाइदा दिन्छन् । आध्यात्मिक कर्मले तत्काल र दीर्घकालसम्म फाइदा प्रवाह गर्छ । यसबाट यो लोक र परलोक दुवैमा व्यक्तिले लाभ प्राप्त गर्दछन् । भौतिकवादी युगमा मानिस लाभ तत्काल लिन चाहन्छन् त्यसैकारण उनीहरू धेरै समय भौतिक वस्तुको उत्पादन, वितरण र उपभोगमा नै बिताउँछन् ।

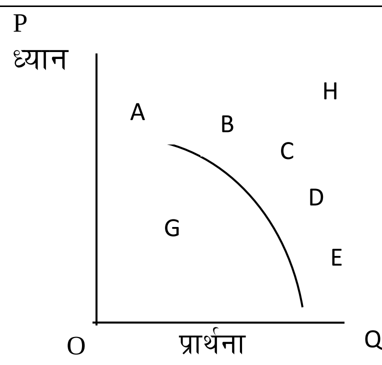
भगवत गीताका अनुसार फलको आश नगरिकन कर्म गर्नुपर्छ । फल वा प्रतिफलसँग आबद्ध नभई कर्म गर्नुपर्छ । कर्मको फल नै नपाउने कुरा होइन । फल चाँहिँ परमेश्वरलाई समर्पण गर्नुपर्छ । परमेश्वरले त्यो फललाई वहाँको इच्छाअनुसार आवश्यक परेका व्यक्तिहरूलाई बाँडिदिनु हुन्छ । व्यक्तिले कर्मको फल त पाउँछ नै तर कहिले पाउने भन्ने कुरा आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा भविष्यवाणी गर्न कठीन छ । ढीलो वा चाडो कर्मको फल प्राप्त हुन्छ नै । कर्मको फल यो जुनीमै वा अर्को जुनीमा प्राप्त हुन्छ । त्यसैले प्रक्षेपण वा भविष्यवाणी गर्न कठीन हुन्छ । त्यहि अनिश्चितता कै कारण धेरै व्यक्तिहरू भौतिक संसार वा भौतिक वस्तुको अर्थशास्त्रतिर लाग्छन् । पवित्र कर्म गर्दा फलको आशा नगरी गर भनेर श्रीमद्भगवत गीताले भनेको छ । तर कहिले त्यो इश्वरीय फलको पुलिन्दा हुलाक मार्फत् तपाईलाई प्राप्त हुन्छ? त्यो भविष्यवाणी गर्न गाह्रो छ । यज्ञ ब्रह्माण्डकै लागि उपयोगी सेवा हो, यसले पृथ्वी मात्रको नभई सम्पूर्ण ब्रह्माण्डकै सुरक्षा गर्दछ ।

भौतिक विज्ञानका कारण मानिसमा धैर्यता गुम्दै गयो र कर्मको फल तुरुन्तै पाइयोस् भन्ने कामनाका साथ कर्महरू सम्पन्न हुँदै गए । तर, कामनाहरुले मानिसलाई स्वार्थी बनाउँछन् । सबै आस्थाहरूमा फलको आशा नगरी कर्म गर्न अपिल गरिएको छ । फलको आशा नभएपछि तृष्णा पैदा हुँदैन । कामनाहरू क्रमशः कम हुँदै जान्छन् धैर्यता पढ्छ, र परमेश्वरप्रति भक्ति र साधना बढ्छ। यीबाट आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्न मद्दत पुग्छ । आध्यात्मिक सेवालाई दुई भागमा विभाजन गरिएको छ । यो लाकेमै सन्तुष्टि दिने सेवा र परलोकमा सन्तुष्टि दिने सेवा । फलको आशा नगरिकन गरिएको ध्यान, ज्ञान, दान, यज्ञ, मैत्रीपूर्ण कर्म, दया, प्रेम र भक्ति यस्ता आध्यात्मिक क्रियाकलापहरू हुन जसले यो लोक र परलोकका चाहनाहरूलाई सन्तुष्ट गर्दछन्, जबकि योग र ध्यानले व्यक्तिका यो लोकका चाहनाहरू मात्र सन्तुष्ट गर्दछन् । प्रार्थना र यज्ञ (ज्ञानयज्ञ बाहेक), भजन किर्तन सबै कर्मकाण्ड र उपासनाका शाखा हुन् । तर, यी क्रियाकलापहरू पनि आध्यात्मिकतासँग खप्टिन पुगेका छन्। आध्यात्मिक र कर्मकाण्ड उद्देश्यका आधारमा छुट्याइन्छ ।

चित्र 8A: उत्पादनको सम्भाव्यता रेखा आध्यात्मिक र भौतिक वस्तु



चित्र 8B: उत्पादनको सम्भाव्यता रेखा ध्यान र प्रार्थना)



फलको कामना सहितको कर्म भौतिक अर्थशास्त्र अन्तर्गत पर्दछ तर कामनारहित ज्ञानयज्ञले मन र आत्मालाई सफा पार्ने भएकाले

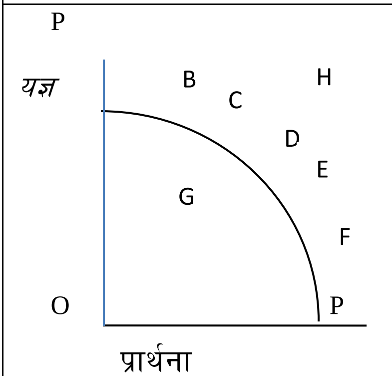
यिनीहरू आध्यात्मिक कर्म अन्तर्गत नै पर्छन । यस्ता क्रियाकलापहरू ज्ञान प्राप्त गर्ने र हृदय, मन र आत्मालाई पवित्र गराउन गरिन्छन् । उत्पादनको सम्भाव्यता रेखाले यो लोकमा सन्तुष्टि दिने र परलोकमा सन्तुष्टि दिने वस्तु र सेवाको सही संयोजन निर्धारण गर्दछ । चित्र 8A ले आध्यात्मिक र भौतिक वस्तु र सेवाको उत्पादनका विभिन्न संयोगहरू देखाउँछ । भौतिक र आध्यात्मिक वस्तु र सेवा उत्पादनका B, C, D, E र F बिन्दुहरू रोज्न सकिन्छ । B बिन्दुले धेरै आध्यात्मिक र थोरै भौतिक वस्तुको उत्पादन गर्छ । अर्को तर्फ E बिन्दुले धेरै भौतिक र थोरै आध्यात्मिक वस्तु र सेवाको उत्पादन गर्छ । बिन्दु C ले भौतिक र आध्यात्मिक वस्तु र सेवाहरूको बराबरी उत्पादन गर्छ । चित्र 8B मा बिन्दु C ले ध्यान र प्रार्थना सेवा बराबरी उत्पादन गर्छ। अरू बिन्दु A र E ले क्रमशः धेरै ध्यान थोरै प्रार्थना र धेरै प्रार्थना तथा कम ध्यानमा लगाई ज्ञानको उत्पादन गर्छन् । केवल निर्वाण प्राप्त गरेका वा आत्मासाक्षात्कार गरेका व्यक्तिले मात्र 'H' बिन्दुमा उत्पादन गर्न सक्छन्। जहाँ धेरै भौतिक वस्तु र धेरै आध्यात्मिक सेवा उत्पादन गर्न सकिन्छ ।

धम्मपदको (२:२५) का अनुसार ध्यानले विशिष्ट किसिमको ऊर्जा (इधी) प्रदान गर्छ । त्यसले व्यक्तिलाई बौद्धिक र मेधावी बनाउँछ (संघराकक्षित, २०००) । यसले मनलाई पवित्रीकरण गर्छ । कुनै बाहिरी शक्तिले उसलाइ हल्लाउन सक्तैन । ध्यानबाट उत्पादित ऊर्जा प्रार्थना र भक्तिबाट उत्पादित ऊर्जाभन्दा शक्तिशाली हुन्छ । ध्यान केन्द्रित व्यक्तिहरू ध्यानमा नै मस्त हुन्छन् र विशिष्ट किसिमको चेतना सहितको ध्यानमा डुबेका हुन्छन्, उनीहरूले धेरै राम्रो आर्शिवाद पाएका हुन्छन् (संघराकक्षित, २०००) । ध्यानले छिट्टै फाइदा दिन्छ, त्यसैले धेरै व्यक्तिहरू ध्यान गर्न जान्छन् ।

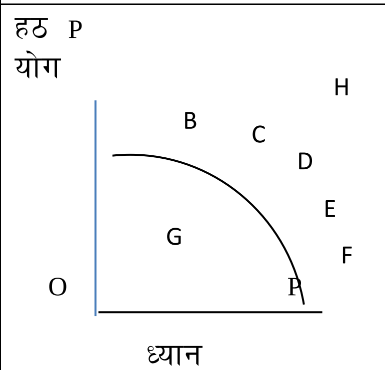
हामीलाई दिइएको समय अथवा यो पृथ्वीमा रहने समय सीमित छ । त्यसमा पनि आध्यात्मिकताको लागि छुट्याइएको समय अझ सीमित छ । यज्ञको लागि धेरै समय खर्चियौ भने प्रार्थनाको लागि सीमित समय मात्र उपलब्ध हुन सक्छ । दुईवटा आध्यात्मिक वलले आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्छ । सकारात्मक आध्यात्मिक वल (मैत्रीपूर्ण, क्षमाशीलता र परोपकारी भावना) ले नै सकारात्मक बलको सिर्जना

गर्छ । अर्कातिर हामीभित्र नकारात्मक वल पनि छ । त्यस्तो नकारात्मक बल लोभ, मोह र द्वेषबाट बन्छ यिनीहरूको पनि कारक तत्व चाँहि भौतिक चाहना वा इच्छाहरू नै हुन् । यो नकारात्मक बलले सकारात्मक बललाई खेद्ने कोशिस गर्छ भने सकारात्मक बलले नकारात्मकलाई लखेटन प्रयत्न गर्छ । अथवा प्रकाशले अन्धकारलाई हटाउन खोज्छ भने अन्धकारले प्रकाशलाई धकेल्न चाहान्छ । यी एक अर्कासित लड्छन् र आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छन्, कति आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन हुन्छ भन्ने कुरा मनमा जम्मा भएको अपवित्रताको परिमाण र साधनाको डिग्रीमा निर्भर रहन्छ ।

चित्र 9A: उत्पादनको सम्भाव्यता रेखा (प्रार्थना र यज्ञ)



चित्र 9B: उत्पादनको सम्भाव्यता रेखा (योग र ध्यान)



माथिको चित्र 9A मा यदि हामीले यज्ञबाट बढी आध्यात्मिक ऊर्जा निकाल्न खोज्यौ भने हामीसँग प्रार्थना गर्ने समय कम हुन जान्छ त्यसैले प्रार्थनाबाट उत्पादन हुने ऊर्जा कम हुन्छ । चित्र 9A र 9B मा बिन्दु D को संयोग ज्यादै विरलै देखा पर्छ, जहाँ प्रार्थना र यज्ञबाट बराबरी ऊर्जा उत्पादन हुन्छ । त्यस्तै चित्र 9B को बिन्दु D मा यस्तो संयोजन हुन्छ जहाँ योग र ध्यानबाट बराबर आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गरिन्छ । D बिन्दुको संयोगबाट योग र ध्यानबाट बराबरी आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गरिन्छ ।

माथि व्याख्या गरेअनुसार धन व्यक्तिको होइन । यो परमेश्वरबाट प्राप्त उपहार हो अथवा वहाँकै नासो हो । त्यो धनको हेरचाह राम्रोसँग होस् भनेर परमेश्वरले व्यक्तिलाई केही धन थोरै समयका लागि प्रदान गर्नु भएको हुन्छ । त्यसैले व्यक्ति त भेडी गोठको हेरचाह गर्ने भेडा गोठालो मात्र हो । त्यो भेडीगोठको मालिक चाँहिँ अदृश्य हुनुहुन्छ । भौतिक अर्थशास्त्रमा दुई अदृश्य हातहरूले वस्तुको निर्धारण गर्छन् भने आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा विशिष्ट अदृश्य हातले स्रोत साधनको बाँडफाँड गर्छन् । धनको वास्तविक मालिक चाँहिँ परमेश्वर नै हुन् । उनको धन उनकै इच्छाअनुसार हामीले खर्च गर्‍यौं भने उनी खुशी हुन्छन् । उनी गरिब, अपाङ्ग, रोगी, विधवा र टुहुराहरूको हितको लागि उनीद्वारा प्रदत्त धन खर्च होस् भन्न चाहन्छन् । उनी बाबु नहुनेका लागि बाबु, डाक्टरको मुख नदेख्ने विरामीका लागि चिकित्सक र गरिब र अपाङ्गका लागि बाच्ने सहारा हुन (जोन १४ : १८-२८, म्याथ्यु ९:१८-२६; मार्क ५:२१-४३, भगवत गीता १७:२०) । त्यसकारण परोपकारी वल भौतिक संसारबाट छुटकारा दिने र परमेश्वरसँग बाध्ने साधन हो ।

बुद्धधर्मका अनुसार भक्ति पनि बुद्ध, धर्म र संघमा बाध्ने शक्ति नै हो । उदाहरणका लागि भिक्षू भक्काली जो भगवान बुद्धप्रति प्रेम र भक्ति राख्नु हुन्थ्यो, बुद्धसँग नै बाँधिन पुग्नु भयो । बुद्धले भन्नु भयो “जसले धर्मलाई देख्दछ उसले मलाई देख्छ” (थेरा, १९६०) । भक्तिले परमेश्वरप्रति सञ्चा प्रेम बढाउँछ । सच्चा प्रेमले मानिस र परमेश्वरको संगम गराउँछ । भक्ति बलले व्यक्तिलाई परमेश्वरतिर तान्छ । परोपकारी बलले व्यक्तिलाई परमेश्वरतिर ठेल्छ । यी दुईले व्यक्तिको हृदय र मनलाई पवित्र गरिदिन्छन् । यी दुवै बलले आध्यात्मिक सेवाको स्तर र उत्पादनको परिमाणलाई निर्क्यौल गर्छन् । भक्ति र परोपकार दुवैको लागि पवित्रहृदय र मन अत्यावश्यक हुन्छ । ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त गर्नका लागि भक्ति र परोपकारी भावनाद्वारा वा ध्यानद्वारा मन र आत्मालाई पवित्र बनाउन जरुरी छ । ज्ञान र प्रज्ञाले व्यक्तिलाई निर्वाण वा मुक्तिको बाटो देखाउँछन् । परमेश्वरले हाम्रो हृदयलाई वहाँको सनातन सत्यको, अनन्त प्रकाशको, शान्ति र आनन्दको हृदयसँग मिलाउनु हुन्छ (चिन्मोई, २००४) । यसबाट परम शान्ति र आनन्दको अनुभूति हुन्छ ।

५.३ अतिरिक्त परोपकारी भावना र भक्ति

आध्यात्मिक ऊर्जा माथि व्याख्या गरेअनुसार ध्यानबाट, समपर्णबाट, भक्तिबाट र प्रार्थनाबाट प्राप्त हुन्छ । यज्ञहरू धेरै प्रकारका हुन्छन् । यिनीहरूमध्ये ज्ञानयज्ञबाट बढी आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन हुन्छ । यी सबै उत्पादनका प्लान्ट हुन जसले आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छन् । त्यो ऊर्जा भनेको आध्यात्मिक ज्ञान वा प्रज्ञा पनि हो । ज्ञान र प्रज्ञाले पवित्र कर्म तिर डोऱ्याउँछन् । हामी सबैले ध्यानमा बस्दा शरीरमा एक किसिमको विद्युतीय कम्पनको महशुस गर्छौ । सम्वेदनाहरू आउँछन् र जान्छन्, तिनीहरू पनि महशुस गर्छौं । सबै सम्वेदनाहरू अस्थायी हुन्छन्, त्यसैबाट अस्थायीत्वको ज्ञान प्राप्त हुन्छ । त्यो आध्यात्मिक विद्युतीय कम्पन विस्तारै हाम्रो शरीरमा फैलँदै जान्छ । त्यो कम्पनबाट आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पन्न हुन्छ । ध्यानले आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छ । त्यसैले त हाम्रो शरीरमा विद्युतीय कम्पनको महशुस हुन्छ । त्यो कम्पनले पुनः आध्यात्मिक ऊर्जा नै उत्पादन गर्छ । आध्यात्मिक ऊर्जाले मनमा भएका अपवित्रता र फोहोरहरूलाई नष्ट गरी दिन्छ । त्यस्तो आध्यात्मिक ऊर्जाको वैज्ञानिक माप हालसम्म हुन सकेको छैन । यस्तो ऊर्जाले हाम्रो मनमा शान्ति र आनन्द मात्र नल्याई रोगहरूलाई समेत निको पार्छ, अन्तष्करणका कमीलाई पुर्ताल गर्छ र आन्तरिक अव्यवस्थालाई सच्याउँछ ।

यही कुरालाई मनन् गरी विश्व स्वास्थ्य संगठनले आध्यात्मिक स्वास्थ्यलाई स्वास्थ्यको परिभाषामा समेटेको छ । संवेगात्मक र मानसिक स्वास्थ्यमा आध्यात्मिक साधना वा थेरापी नभई नहुने सेवा हुन पुगेका छन् (विश्व स्वास्थ्य संगठन, १९८८) । दुवै नकारात्मक (लोभ, द्वेष, मोह) र सकारात्मक बल (प्रेम, मैत्री, क्षमा, दया, आदि) ले आध्यात्मिक ऊर्जा अथवा आनन्द प्रदान गर्ने ऊर्जा उत्पादन गर्छ । कूल ऊर्जाको परिमाण भन्नाले सबै व्यक्तिहरूले उत्पादन गरेको आध्यात्मिक ऊर्जा र सिनर्जी प्रभाव (Synergy effect) समेतको योग बुझ्नुपर्छ ।

आध्यात्मिकऊर्जाको उत्पादन सीमान्त परोपकारी (Marginal generosity) बल र अतिरिक्त चेतना सहितको भक्तिद्वारा वा सीमान्त ध्यानको (Marginal contemplation) गहिराइद्वारा निर्धारण गरिन्छ । तर,

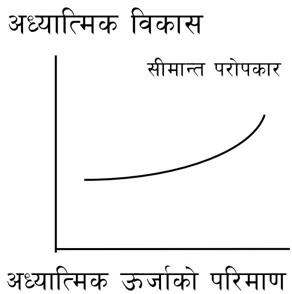
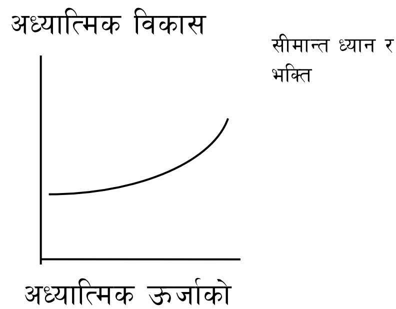
बुद्धधर्ममा कुनै भगवानप्रति भक्ति नगरी निःस्वार्थ रूपमा ध्यानमात्र गरिन्छ ।

त्यसैले भक्तिलाई ध्यानले विस्थापन गरी दिएको छ । जति जति अभ्यास वा साधना बढ्दै जान्छ आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन पनि बढ्दै जान्छ । ध्यान वा भक्तिभावनाको बढोत्तरीसँगै ऊर्जाको परिमाण समेत बढ्छ ।

तालिका 3A: सीमान्त परोपकारी बल			तालिका 3B: सीमान्त भक्ति बल		
आध्यात्मिक प्रौढता	दान	सीमान्त परोपकार	आध्यात्मिक प्रौढता	ध्यानको सीमान्त गहिराइ	सीमान्त परोपकार
1	2		1	10	
2	4	2	2	11	1
3	7	3	3	13	1
4	9	2	4	14	2
5	10	1	5	15	1

बुद्धधर्मका अनुसार ती ध्यानका विकासका चरणहरू (१)शील (२) समाधि (३) प्रज्ञा र (४) परिनिर्वाण हुन् । वैदिक सनातन धर्मअनुसार ती चरणहरू (१) अनियन्त्रित इन्द्रियहरू (२) मनले इन्द्रियलाई नियन्त्रण गर्नु (३) बौद्धिकताद्वारा मनलाई नियन्त्रण गर्नु (४) आत्माद्वारा बौद्धिकतालाई नियन्त्रण गर्नु वा मुक्ति प्राप्त गर्नु । इस्लामका चरणहरू (१) प्राकृतिक अवस्था (२) नैतिक अवस्था (३) उच्च नैतिक अवस्था र (४) मुक्ति । ध्यान, प्रार्थना, यज्ञ, भक्तिजन्य कर्महरूद्वारा आध्यात्मिक विकासका चरणहरू पार गर्दै मुक्ति प्राप्त गर्नसकिन्छ । इसाई धर्ममा एउटा कहावत छ "तपाईं परमेश्वरको नजिक जानु भो भने वहाँ पनि तपाई नजिक आउनुहुन्छ । हामी प्रार्थना र भक्तिको माध्यमद्वारा परमेश्वरको नजिक पुग्नसक्छौ. । हामीले हाम्रो हात र मुख धुनुपर्छ, पापलाई धुनुपर्छ । हृदयलाई पवित्र बनाउनुपर्छ त्यसपछि हामी दुई मन भएका व्यक्तिमा रूपान्तरण हुन्छौं (जम्स ४:८) । यहाँ हात धुनुको अर्थ पवित्र कर्म गर्नु हो, पाप कर्म नगर्नु भन्ने हो । मुख धुनुको अर्थ नराम्रो कुरा नबोल्नु, अरूलाई हानि हुने कुनै कुरा नबोल्नु हो र झुटो नबोल्नु

हो । संक्षेपमा कसैलाई पनि मनले वचनले र कर्मले हानि हुने काम नगर्नु हो । ती सन्देशहरू बुद्धधर्मका “शील”, सनातन धर्मको इन्द्रिय“नियन्त्रण” र इस्लामको नैतिक अवस्थामा पाउँछौं । त्यसैले यी धर्महरू बीच आध्यात्मिकताको विषयमा कुनै फरक पाइदैन ।

चित्र 10A: सीमान्त परोपकार	चित्र 10B: सीमान्त ध्यान र भक्ति
	

भौतिक अर्थशास्त्रमा जस्तो नभएर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा सीमान्त परोपकारी भावनाको रेखा फराकिलो यू 'U' आकारको हुन्छ । आध्यात्मिक मा निकै परिवर्तन आए पनि परोपकारी भावनामा कम मात्र परिवर्तन आउँछ । यसलाई चित्र 10 A मा देखाइएको छ । ध्यानको वा भक्तिको डिग्री मापन गर्न कठीन छ । अप्रत्यक्ष रुपले भौतिक संसार वा भौतिक वस्तुको मोहबाट कति छुटकाराबाट लिन सक्यो त्यसबाट मापन गर्न सकिन्छ । त्यस्तै व्यक्तिले भौतिक वस्तु वा सेवाको उपभोगमा गरेको कटौतिबाट पनि मापन गर्न सक्छौं । व्यक्तिले भौतिक संसारमा छुट्याइएको समयलाई कटौति गरी आस्थाअनुसार त्यो समयलाई ध्यान वा प्रार्थनामा लगाउँछ । तसर्थ ध्यान वा प्रार्थनाको समयावधि बढ्दै जान्छ । भौतिक दुनियाँमा जस्तो नभएर आध्यात्मिक वा सुक्ष्म दुनियाँमा व्यक्तिहरू इमान्दार हुन्छन्, त्यसैले विभिन्न चरणमा आफ्नो व्यवहारमा आएका परिवर्तनहरू आफैं मापन गर्न सक्छन् । हालसम्म अतिरिक्त वा सीमान्त ध्यान वा सीमान्त भक्तिलाई मापन गरिएको छैन । त्यसैले

बलियो प्रमाणको अभाव नै छ । सीमित साधकहरूबाट प्राप्त सूचनाको प्रशाधनबाट अतिरिक्त ध्यान फराकिलो यू आकारको भएको देखिन्छ (चित्र 10 B) ।

परोपकारका सूचकहरू धेरै हुन सक्छन् । व्यक्ति गरिबप्रति दयावान बन्छ, छिमेकीप्रति सहयोगी बन्छ (उक्तिहरू १४:२१, बाइबल) । भोकाएकालाई खुवाँउछ (टि.वि. एल ईसाइ ५८:१०-११) । खाना र लुगा कपडा बाँड्न चाहन्छ (लुका ३:१०-११, बाइबल) । बाइबलले खुल्ला दिलले आवश्यकता रहेका व्यक्तिलाई बाँड्न सिकाउँछ । जसको बदला परमेश्वरले राम्रा वस्तु र ज्ञान दिनु हुन्छ । फिर्ता वा घुर्ताको रूपमा भौतिक वस्तु पनि आउन सक्छ अथवा आध्यात्मिक प्रज्ञा र ज्ञान पनि प्राप्त हुन सक्छ । जसले गरीबलाई दिन्छ, उसले बढी सौभाग्य प्राप्त गर्छ । जसले केही नदिई आँखा चिम्लन्छ उसले धेरै निन्दा वा सराप पाउँछ । तर अध्यात्ममा बुझ्न के जरुरी छ भने प्रतिफल वा फिर्ता पाउने कामनाका साथ प्रदान गरिएको वस्तु र सेवाको आध्यात्मिक मूल्य नै हुँदैन । तसर्थ कामना गर्नुहुन्न, सनातन धर्मको भागवत पुराण र इसाईको उक्तिहरूमा कुनै फरक छैन । यी सबैको शिक्षा मानव हृदयमा परोपकारी भावनाको विकास गर्नु नै हो ।

येसु ख्रिष्ट जो क्षमादानको प्रतीक हुनुहुन्छ, वहाँ संसारमा क्षमा ऊर्जा उत्पादन गरी संसारमा शान्तिलाई संस्थागत गर्न चाहानुहुन्छ । तपाई कसैलाई क्षमादान दिँदै हुनुहुन्छ भने तपाईं आध्यात्मिक रूपले सचेत हुनुहुन्छ । कसैलाई क्षमा दिनु भएको ईश्वरबाट क्षमा पाउनु हो । यसबाट तपाईको शत्रुले राम्ररी कुरा बुझ्ने मौका पाउँछ । क्षमादानबाट तपाईलाई ऊर्जा प्राप्त हुन्छ । यदि तपाईं प्रतिशोध लिनुहुन्छ वा बदलाको भावना लिनुहुन्छ भने वा रिसाउनुहुन्छ भने तपाईंले अझ धेरै शुत्रहरू बनाउनुहुन्छ । रिसाहा मानिस सबैको तारो बन्छ (योगानन्द मिति नखुलेको) । रिस भनेकै "तातो कोइलालाई मुखमा राख्नु हो" । जति बढी राख्नु हुन्छ त्यति नै मुखलाई डडाउँछ । यदि एकजनासँग बदलाको भावना छ भने त्यो विस्तारै बढ्दै बढ्दै जान्छ । यसले हिंसालाई निमन्त्रणा दिन्छ, हिंसा बढ्दै जान्छ अन्त्यमा कसैले पनि शान्ति पाउन सक्दैन । क्षमादानको अन्तिम उद्देश्य भनेको विश्वमा शान्ति स्थापना

गरी शान्तिलाई संस्थागत गर्नु नै हो । यो क्षमादानबाट मात्र सम्भव छ । यसै सन्दर्भमा न्यूटनको गुरूत्वाकर्षण सम्बन्धी तेस्रो नियम लागु हुन्छ “जहाँ जति मात्रामा क्रिया हुन्छ विपरीत दिशामा त्यति नै प्रतिक्रिया हुन्छन्” यदि तपाईंको क्रियाहरूको बदला भने अरूले पनि तपाईंसँग त्यति नै बदला लिने छन् । पुनः तपाईंले हिंसात्मक कार्य गर्नुहुन्छ, त्यति नै मात्रमा प्रतिहिंसा पाउनु हुनेछ । यसले संसारलाई नै हिंसामा डुवाउछ । तर एकजनाले कसैलाई क्षमादान दियो भने परमेश्वरले उसलाई त्यति नै क्षमादान दिनु हुनेछ ।

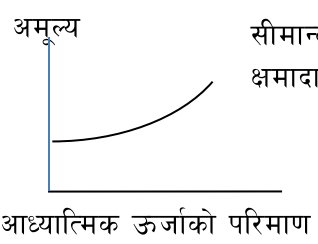
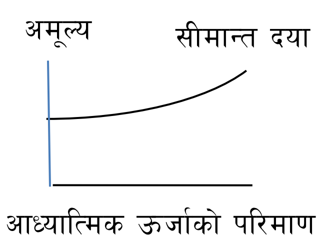
इस्लाममा पनि क्षमादानलाई उत्तम कर्म मानिन्छ । कुरानका अनुसार यदि क्षमादान सहितको मीठो बोली भिक्षादान भन्दा वा घाइतेलाई सेवा गरेभन्दा राम्रो हो भनिएको छ (कुरान १:२७३) । दयालाई दुई भागमा विभाजन गरिएको छः दैविक दया र पुरस्कृत दया (अहमद, २००५) । पहिलो परमेश्वर येसु आफैंले परमेश्वरको प्रार्थना गरी अनुरोध गर्नुभयो, “बुबा क्षमादान दिनुहोस्, उनीहरू जे गरे त्यो उनीहरूलाई नै थाहा छैन । यो नै परमेश्वरको सबैभन्दा चमत्कारपूर्ण कार्य हो (लुका, २३:३४, बाइबल) ।

“एउटा आँखाको बदला अर्को आँखाले संसार नै अन्धो बनाई दिन्छ ।”

- गान्धी

“दण्ड भन्दा क्षमादान बढी मानवीय छ ।” - गान्धी

चित्र 11 B सीमान्त दया

चित्र 11A सीमान्त क्षमादान	चित्र 11 B सीमान्त दया
	

नोटः अमूल्य भनेको आध्यात्मिक मूल्य हो ।

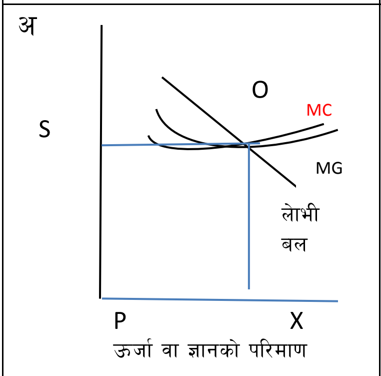
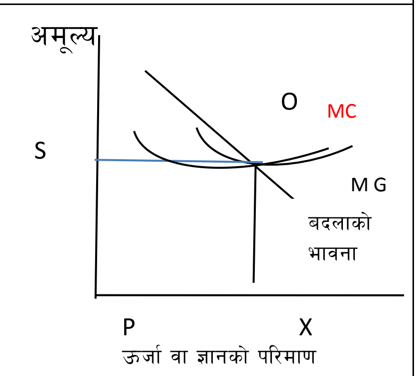
सीमान्त क्षमादान आध्यात्मिक ज्ञानसँगै बढ्छ । व्यक्तिले आत्मा र शरीर फरक कुरा हो भन्ने बुझेपछि क्षमादान निश्चित रूपमा बढ्छ । सीमान्त क्षमादानको डिग्री र आवृत्तिको आधारमा माप गरिन्छ । बुझ्न जरुरी के छ भने तपाईंले क्षमाको एउटा शब्द दिनुभयो भने, परमेश्वरले तपाईंलाई क्षमादानका धेरै शब्दहरू दिनुहुन्छ ।

५.४ आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन

आध्यात्मिक सेवाको उत्पादन सीमान्त परोपकारी भावना र सीमान्त भक्ति वा ध्यानले निर्धारण गर्दछन् । माथि उल्लेख भएअनुसार शुद्ध हृदय र मन आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादनको लागि नभई नहुने कुरा हुन् । परोपकारी कर्म जस्तो परोपकारी संघसंस्थालाई दानदिने, गरीब, अपाङ्ग, विधवा, टुहुरालाई सहयोग गर्ने कार्यले दाताको हृदय र मनलाई शुद्ध र पवित्र बनाउँछ । परमेश्वरले ती व्यक्तिहरूलाई मात्र भक्ति भावना प्रदान गर्नुहुन्छ जसको हृदय र मन शुद्ध हुन्छ । पूर्ण भक्ति तबमात्र सम्भव हुन्छ, जब व्यक्ति पूर्णरूपमा भौतिक वस्तुहरूबाट टाढा हुन्छ । परोपकारी भावना र कार्यले व्यक्तिलाई भौतिक वस्तुको मोहबाट अलग्याउँछ र भक्तिले परमेश्वरप्रति आवद्ध गराउँछ । अतिरिक्त भक्ति भाव विस्तारै बढ्दै जान्छ । जब व्यक्ति भौतिक संसारबाट टाढिन्छ, ऊ स्वतः परमेश्वरसँग नजिक हुन्छ । उ जति परमेश्वरका नजिक नजिक जान्छ परमेश्वर पनि उसको नजिक नजिक आउनुहुन्छ । यी दुई बल विद्युतीय ऊर्जाका पाजेटिभ र नेगेटिम बल जस्तै हुन् । यिनीहरू अदृष्य हुन्छन्, त्यसैले नाप्न पनि कठीन छ । अतिरिक्त भक्ति वा ध्यान र अतिरिक्त परोपकारी भावना 'O' बिन्दूमा एक अर्कामा काटिन पुग्छन् PX परिमाणमा आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्छन् । कति साधकहरूले कुन डिग्रीको भक्ति गरेका छन्, त्यसबाटै कति माइक्रोबाट वा बाटको आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन हुन्छ भन्ने निर्धारण गर्दछ (चित्र 13A)।

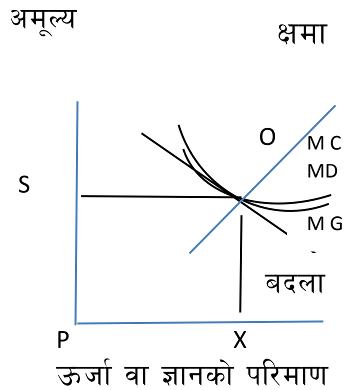
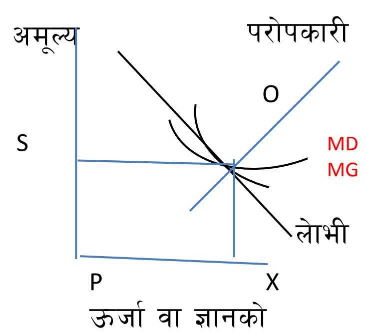
हरेक व्यक्तिलाई ध्यानको बेला हाम्रो शरीरका विभिन्न भागमा सूक्ष्म कम्पन महशुस हुन्छ । तर कसैले पनि त्यो विद्युतीय वा ध्यानिक ऊर्जाको मापन गरेका छैनन् । आध्यात्मिक वा ध्यानिक ऊर्जाको मापन इकाई पनि छैन । हामीले ध्यानको बेला हजारौं सूक्ष्म कम्पनहरू र लाखौं सम्वेदनाहरू महशुस गर्छौं । यस्तो सूक्ष्म कम्पन विभिन्न

कुण्डलिनीहरूमा आउँछ र विस्तारै शरीरभरि फैलन्छ। यसको प्रभावले मानिसको तनावलाई विस्तारै कम गरिदिन्छ। ध्यानको प्रभावको अप्रत्यक्ष मापले (Slavery cortisol test) व्यक्तिको तनावलाई धेरै नै घटाएको देखाएको छ। (कोनिविंङ र कार्सन, २०१२)। आध्यात्मिक साधनाको बेला दया पलाउने, सानतिना कुराहरूमा मौन बस्ने, शान्ति रुचाउने बानी व्यहोराको विकास भएको हुन्छ।

चित्र 12A: आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन	चित्र 12B: आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन
	

MD=marginal devotion to the God= सीमान्त भक्ति
MC= marginal contemplation= सीमान्त ध्यानको गहिराइ
MG= marginal generosity= सीमान्त परोपकार

चित्र 12A र 12B ले समान आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छन्। चित्र 12A मा धेरै आध्यात्मिक मूल्य छ तर ऊर्जाको परिमाण थोरै छ तर चित्र 12B मा आध्यात्मिक मूल्य कम छ तर परिमाण धेरै छ। दुवैको कूल आध्यात्मिक मूल्य बराबरी नै हुन आउँछ। यसलाई अङ्कमा लेख्दा हुन आउँछ जस्तो कि 12 A मा ५ आध्यात्मिक मूल्य बराबरको ३ आध्यात्मिक यूनिट - ऊर्जा उत्पादन भयो भने कूल आध्यात्मिक मूल्य बराबर ५×३ = १५, त्यस्तै चित्र 12B मा ३ आध्यात्मिक मूल्य बराबरको ५ यूनिट ऊर्जा उत्पादन भयो भने कूल आध्यात्मिक मूल्य बराबर ३×५=१५।

चित्र 13A: आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन	चित्र 13B: आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन
	

परोपकारी भावना र कामको माप व्यक्तिले दिन सक्ने क्षमताको आधारमा वा व्यक्तिको ध्यान वा प्रार्थना वा भक्ति गर्ने क्षमताको आधारमा नापिन्छ । यसै सन्दर्भमा येसु ख्रिष्टले भन्नु भएको छ “अरबपतिले दिइएको दानभन्दा एकजना गरिब विधवाले दिइएको २ वटा सिक्काको दान बढी मूल्यवान हुन्छ, किनकि उनले त्यो आफ्नो पेट भोको राखेर दिइएको दान हो, तर अरबपतिले दिएको दान विलासी वस्तुको उपभोग र संचयपछि बाँकी रहेको रकम हो ।

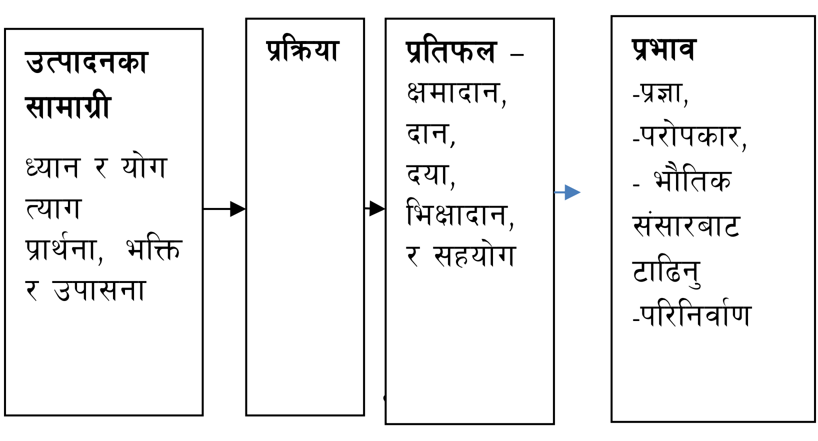
धेरै मैन वत्तिहरू सल्काइयो भने त्यसबाट धेरै प्रकाश आउँछ । धेरै आध्यात्मिक चेतना सहितको मैन वत्तिहरूबाट धेरै आध्यात्मिक ज्ञानको ज्योति प्राप्त हुन्छ । आध्यात्मिक प्रकाश सबैभन्दा माथिको प्रकाश (परमात्मा) सँग जोडिएको हुन्छ । त्यसको कारण ज्ञानको प्रकाश अझ बढ्दै जान्छ । जसले सबै जीवित प्राणी र निर्जीव वस्तुको रक्षा गर्दछ । यस्तो आध्यात्मिक ज्ञानको प्रकाश हाम्रो मनमष्तिकमा उत्पादन हुन्छ । त्यस प्रकाशले व्यक्तिलाई उपकारी, दयावान, शान्त, कृपालु र सहयोगी बनाउँछ । यी गुणका कारण व्यक्ति सबै जीवित प्राणीलाई आफू जस्तै ठानी व्यवहार गर्दछन् । जसबाट परमेश्वर खुशी हुनुहुन्छ । यो आध्यात्मिक ज्ञानको प्रकाशले दु:ख र खराबीको जराहरू लोभ, द्वेष र मोह हटाइ आनन्द प्रदान गर्दछ । अज्ञानतालाई हटाउँछ । यो

आध्यात्मिक ऊर्जाले हाम्रो मनमा र व्यवहारमा फरक ल्याउँछ । समाजमा फरक ल्याउँछ । शान्ति र मेलमिलापलाई संस्थागत गराउँछ । त्यसैकारण हजारौं लाखौं व्यक्तिहरू आध्यात्मिक शक्ति उत्पादन गर्नका लागि प्रार्थना गर्ने गर्छन् । जसबाट जीवित प्राणी र शरीरबाट छुट्टिएका आत्मालाई समेत शान्ति र आनन्द प्राप्त हुन्छ ।

५.५ उत्पादनको प्रक्रिया

गुणात्मक प्रतिफलको लागि गुणात्मक वस्तु र सेवाहरू र गुणात्मक क्रियाकलापहरू आवश्यक हुन्छन् । हुन त प्रतिफलको कामना अध्यात्मशास्त्रमा हुँदैन तर पनि प्रतिफल परमेश्वरलाई चढाउने उद्देश्य राखेर गरिएकाले परमेश्वरलाई चढाउने फल, प्रतिफल गुणात्मक हिसावले पनि राम्रो हुनुपर्छ। पवित्र पुस्तकहरू पढेर वा सुनेर, ध्यान, योग र त्याग गरेर आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन गरिन्छ । अरू उत्पादनका प्लान्टहरुमा प्रार्थना, भक्ति र उपासना पनि प्रयोग हुन सक्छन्, तर ती कामनारहित हुनुपर्छ । आध्यात्मिक सेवाको उत्पादन प्रक्रिया शब्दमा उतार्न कठीन छ । कसरी उत्पादनका सामग्रीहरू प्रतिफलमा रूपान्तरण हुन्छन् भन्ने गाह्रो छ । यो अहिलेसम्म पनि नजानिएको कुरा नै हो । यो प्रक्रिया कालो बाकस हो जहाँ कसरी उत्पादनका सामग्री, प्रतिफलमा रूपान्तरण हुन्छन्, कसैलाई थाहा हुँदैन । प्रतिफलका रूपमा दान, क्षमादान, भिक्षादान, सहयोग गर्ने गुणहरुको विकास हुन्छ । जुन भौतिक वस्तु दानको रूपमा दिइन्छ, त्यसपछि त्यो आध्यात्मिक ऊर्जामा रूपान्तरण हुनपुग्छ ।

चित्र 14: ऊर्जाको उत्पादनको प्रक्रिया



उत्पादनका सामग्री र उत्पादित आध्यात्मिक उर्जालाई माप गर्न कठीन छ । तर पनि यसलाई क्रमसूचक स्केलबाट नाप्न सकिन्छ । यसको प्रतिफल ध्यानको भक्तिको र परोपकारी कार्यको डिग्रीबाट अप्रत्यक्ष रूपमा माप गर्न सकिन्छ । यसको प्रभाव चाहिँ भौतिक संसारबाट टाढिनु हो ।

परोपकारी भावनाको उत्पादन, ध्यान र योगको साधना, आध्यात्मिक पुस्तकहरूको अध्ययन, आध्यात्मिक प्रवचनको सुनाइ र भौतिक वस्तुको उपभोगमा आएको गिरावटमा निर्भर रहन्छ । पहिलो दुई साधना मुख्य हुन भने अरू त्यसैका परिपुरक मात्र हुन् । प्रतिफलले आध्यात्मिक वातावरणलाई पृष्ठपोषण गर्छ, त्यसैका कारण मनलाई अझ गुणात्मक बनाउँछ (गुप्ता, २००७) ।

५.६ सन्दर्भसूची

अहमद, एच.एम.जी. (२००५). ईस्लामका आधारहरू, भाग ३, अंग्रेजीमा अनुवादित, क्याडिनका हदरथ मिर्जा गुलामका लेखन, भाषण, उदघोषण र छलफलको उद्धरण, हदरथ मिर्जा मरुरुर अहमद

वास्याम, भी., शर्मा, एस., श्रीनिवासन, आर (२००५).यजुर्वेद, कृष्ण यजुर्वेद। http://www.sanskritweb.net/yajurveda/

चिन्मोई, एस. (२००४). पूर्वीय हृदय र पश्चिमी मस्तिष्कको एकीकरण भाग १, अग्नि प्रेस, न्यूयोर्क ।

चिन्मोई, एस. (२००४). पूर्वीय हृदय र पश्चिमी मस्तिष्कको एकीकरण भाग २, अग्नि प्रेस, न्यूयोर्क ।

गुप्ता, एस. (२००७). आध्यात्मिकता रहस्य उद्घाटन । तपाईंको व्यक्तिगत परिपूर्तिको लागि मार्ग चित्र । नैको प्रकाशन गृह कलकत्ता, भारत । http://www.srichinmoylibrary.com/ehwm_2

कोनिङ, एच. किंग, डी. सी.भी. (२०१२). धर्म र मानसिक स्वास्थ्यबारे अनुसन्धान, धर्म र स्वास्थ्यको हाते पुस्तिका ।

संघरक्षिता (२०००). धम्मपद । सत्यको बाटो । पाली बाट अंग्रेजीमा अनुवादित ।विन्डहर्स प्रकाशन www.hindawi.com/journals/specialissues/769804.pdf

शिवानन्द (१९९६). विचार शक्ति । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, भारत ।
http://www.dlshq.org/download/thought_power.htm

शास्त्री, जे.पी. (२००८ सं.). यर्जुवेद भाष्यम् गुरुकूल काँगडा विश्वविद्यालय, हरिद्वार, भारत।
http://www.dlshq.org/download/thought_power.htm

थेरा, एन., बुद्धरक्खीता, ए., थेरा, के. (१९६०). बुद्धधर्ममा भक्ति । तीन निबन्धहरू, हील प्रकाशन नं. १८, बुद्धिष्ट प्रकाशन समिति श्रीलंका
http://www.bps.lk/olib/wh/wh018.pdf

वीट्नी (२०१४). इसाई जीवनका लागि आध्यात्मिक अनुशासन ।
http://www.wtsbooks.com/common/pdf_links/9781615216178.pdf

विश्व स्वास्थ्य संगठन (१९७८). अल्मा आटा घोषणा पत्र. प्राथमिक स्वास्थ्य सम्बन्धि अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन । अल्मा आटा. यु.एस.एस.आर. ।

अध्याय छ
बचतको अर्थशास्त्र

"तपाईंको धनलाई आफै स्वर्गको कोषमा जम्मा गर्नुहोस् जहाँ नत किराले खान्छ न त खिया लाग्छ न त चोरले नै फुटाएर चोरेर लान्छ। जहाँ तपाईंको कोष हुन्छ त्यही तपाईंको मन पनि हुन्छ।"

(माथ्यु ६:१९-२१, बाइबल)

६.१ भौतिक वस्तुको संचिति र यसको असर

गाँस, वास र कपासको अभावबाट बच्न कै लागि संचित गर्ने बानीको विकास भएको हो। अनिकालले मरिन्छ भन्ने डरका कारण पनि भविष्यको लागि बचत गर्न सुरु गरिएको हो। मानिस बाहेक कुनै पनि पशुपंक्षीले भविष्यका लागि संचित गर्दैनन्। गाईवस्तु, चराचुरुङ्गीले भोलिको लागि कुनै पनि वस्तु संचित गर्दैनन् तर पनि उनीहरू बाँची रहेका छन्। चराको खानपिन राख्ने कुनै स्टोर कोठा छैन, त्यसैले परमेश्वरले उनीहरूलाई खुवाउनु हुन्छ (लुका १२:२४, बाइबल)। संचित गर्ने बानीले मानिसलाई लोभी, पापी र अविवेकी बनाउँछ। संचित गर्नुको अर्थ अर्काको हिस्सालाई हडप्नु हो। परमेश्वर अथवा प्रकृतिले सबैलाई बराबरी बाँड्नको लागि स्रोत र साधनहरू उपलब्ध गराउन भएको छ तर हामी नै यस्ता व्यक्ति हौं जो बचत गरेर वा बढी उपभोग गरेर असमान बनाउँछौं।

मौरीले जाडो यामका लागि खानाको संचित गरेर राख्छ। मौरीको खानाको स्रोत मधुरस वा पराग हो, जुन जाडो याममा पाइँदैन। त्यसैकारण पराग र शरीरबाट निष्कासित विशेष तत्व मिलाएर मौरीले मह बनाउँछ र जाडो याममा खानको लागि साँचेर राख्छ। तर मौरीले

त्यो साँचेर राखेको मह जाडो याममा खाने मौका नै पाउँदैनन् । मौरीले चाँहिनेभन्दा बढी मह बनाउँछ त्यसमा मानिसको पापी नजर पर्छ । मानिसहरू पापी र दयाहीन हुन्छन् । उनीहरूले घारमा आगो लगाई दिन्छन् मह खान त परै जाओस, संचिती कै कारण धेरै मौरीहरूले आफ्नो जीवन नै गुमाउँछन् । चाँहिनेभन्दा बढी संचित गरेकै कारण धेरै मौरीहरूले मर्नु पऱ्यो ।

दास्रो उदाहरण मुसा हो । मुसाले पनि सुरुङ्ग, वा सानो दुलो बनाएर त्यहाँ जाडोयामका लागि अन्न भण्डारण गर्छ । वर्षाको कारण बाढी सुरुङ्गभित्र पस्छ र मुसा मर्छन् । उनीहरूले संचित गरेको अन्न खानै पाउँदैनन् । मरेको मुसा र अन्न दुबैलाई बाढीले बगाएर एकै साथ लैजान्छ ।

तेस्रो उदाहरण कमिला हो । उसले पनि जाडोमा खानका लागि स-साना मरेका कीरा फट्याङ्ग्राहरू जम्मा पारेर सुरक्षित तरिकाले भण्डारण गर्छन् । तर, निर्दयी बाढी आएर उसले जम्मा गरेका अन्न तथा किरा फट्याङ्ग्रासँगै मृत कमिलालाई बगाएर नदीमा पुऱ्याउँछ ।

चौथो उदाहरण हो मानिस । मानिसले पनि भविष्यका लागि पैसा जम्मा गरेर राख्छ । जसोतसो गरी संघसंस्थालाई दान पनि नदिई भविष्यका लागि पैसा बचत गर्छ । दान वा भिक्षादान उनीहरूका लागि टाडाको कुरा हुन्छ । उनीहरूलाई बढीभन्दा बढी जम्मा गर्ने तृष्णा हुन्छ । यति सम्मकी केही भद्र भलादमी व्यक्तिले आफ्ना छोराछोरीहरूलाई दूधसम्म पनि खान नदिई पैसा बचत गरेर राख्छन् । उनीहरूको हृदय र मनलाई अपवित्राले ढाकेको हुन्छ । जब उनीहरू बुढा हुँदै जान्छन्, उनीहरूलाई मधुमेह, उच्च रक्तचाप, यूरिक एसिड र हृदय रोगले च्याप्दै लान्छ । अधिकांशले आफूले संचित गरेको धन सम्पत्ति र पैसा प्रयोग गर्ने अवसर नै पाउँदैनन् । उनीहरू तनावपूर्ण जिन्दगी बिताउन बाध्य हुन्छन् । उनीहरूले दान, भिक्षादान र संघसंस्थालाई दान दानतव्य दिन विर्सीसकेका हुन्छन् । जब उनीहरू मृत्युका मुखमा पुग्छन्, झसंग हुन्छन्, दानबाटै स्वस्थ्य र धनी होइन्छ भन्ने बुझ्छन् । तर, त्यो धेरै ढिला

भैसकेको हुन्छ । उनीहरू दान गर्ने आफ्नो इच्छा पुरा नभई मर्छन् । अथवा संचय गरेको धनको उपयोग नगरी मर्छन् ।

भौतिक अर्थशास्त्रमा आफ्नो आयबाट खाई, पीई, लगाई र अरू सेवाको उपभोग गरी सकेपछि जुन आम्दानी बाँकी रहन्छ, त्यसैलाई बचत भनिन्छ । गणीतीय भाषामा यसरी लेख्न सकिन्छ S = Y - C यहाँ 'S' ले बचत बुझाउँछ, 'Y' ले खर्च गरिने आय बुझाउँछ र 'C' ले उपभोग बुझाउँछ । अर्को शब्दमा भन्दा खर्च गरिने र अन्य उपभोग बीचको फरकलाई नै वचन भनिन्छ । धेरै केशहरूमा बढी आम्दानी भएको कारण बचत हुन्छ । थोरै केशहरूमा उपभोग खर्च कम भएर पनि बचत हुन्छ । मानिस भौतिक वस्तु र सेवाको उत्पादन वितरणमा बढी व्यस्त हुने तर आध्यात्मिक तिर समय नदिएकै कारण उनीहरूको आय बढ्न गएको हो । मानिस बढी आर्थिक क्रियाकलपमा नै व्यस्त भएकै कारण उनीहरूको आय बढ्न गएको हो । अर्को कुरा व्यक्तिहरू खराब क्रियाकलापहरू जस्तै कि भ्रष्टाचार, घुस, छली, कालोबजारी र अत्याधिक नाफा लिई सामान बिक्री गरेमा गैर न्यायिक आय प्राप्त गर्दछन् । आयको स्रोत जे भए पनि उच्च आयले हृदय र मनमा अपवित्रता जम्मा गर्छ । मेरो भन्नुको मनसाय आय घटाउन व्यक्तिको क्षमतालाई कम उपयोग गर्नु कदापि होइन बरु प्राप्त आयलाई जकात, दान, दान्तव्यको रूपमा उपयोग गर्नु हो । किनकि दोस्रोले दुवैलाई भलो गर्छ । यसले दाताको हृदयबाट अपवित्रता हटाई हृदयलाई सफा गर्ने मात्र नभई गरीब, अपाङ्ग र रोगीलाई सहयोग गर्छ । आध्यात्मिक क्षेत्रमा दिँदा कुनै आशा राख्नु हुँदैन । हामीले मनमा स्वार्थ राख्नु हुन्न । आध्यात्मिक क्रियाकलापहरूको बढोत्तरी हुनु भनेको आयमा ह्रास आउनु हो । व्यक्तिले भौतिक संसार र आध्यात्मिक संसारका लागि विवेकपूर्णक समयको बाँडफाँड गर्नु पर्छ । यदि आध्यात्मिक क्रियाकलाप वा कर्ममा समय बढाइयो भने यसले भौतिक र आध्यात्मिक कर्ममा सन्तुलन कायम गर्छ । यदि आध्यात्मिक कर्ममा साधनामा समय बढाइयो भने आय स्वतः घट्छ ।

दोस्रो, मित्रहरू वस्तु र सेवाको अधिक उपयोग गरी आय घटाउने कुरा गर्नुहुन्छ तर यो गलत धारणा हो । यसबाट शरीरमा

चाँहिनेभन्दा बढी वोसोको संचित हुन्छ। वस्तुको अधिकाधिक उपभोगले धेरै समस्यालाई निमन्त्रणा दिन्छ। यसले शारीरिक, सामाजिक र आर्थिक जीवनमा रोगव्याधी र कलह बढाउँछ। यसले शारीरिक जीवनमा उच्च रक्तचाप, मधुमेह र हृदय रोग ल्याउँछ। सामाजिक जीवनमा अधिक उपभोगको प्रतिष्पर्धा बढ्छ। यसबाट अर्कोतिर धेरै गरीबहरू भोको र नाङ्गो बाच्न बाध्य हुन्छन्। उनीहरूले गाँस, वास र कपासको कमीका कारण हिउँदका रात थरथर कामेर बिताउनु पर्ने हुन्छ। भोकले रातमा सात चोटी निन्द्रा टुटछ। समाजले थोरैलाई धनी व्यक्ति र धेरैलाई लाजारुस बनाउँछ। यसले मनिसको हृदयभित्र प्रदूषण बढाउँछ।

आध्यात्मिक बचत वा संचिति बढाउनले ध्यान, योग र परोपकारी कार्य जस्तो कि गरिब, अपाङ्ग र रोगी अनाथ टुहुराहरूको लागि सेवा गर्न मौका प्रदान गर्दछ। यी कार्यबाट आध्यात्मिक बचत हुन्छ। यस्तो बचत शरीरसँग छुटेको आत्मा सँगसँगै जान्छ।

तेस्रो विकल्प भनेको विलासी वस्तु र सेवाको प्रयोग गरी पैसाको सञ्चिति कम गर्ने। तर यो पनि गलत विकल्प हो। एकजना व्यक्तिले विलासी वस्तुहरूको प्रयोग गर्नु भनेको अरू १० जना व्यक्तिलाई गरीबीको रेखामुनी धकेल्नु हो। त्यो भन्दा पनि खराब कुरा यसले ज्ञान र प्रज्ञाको मार्गमा व्यवधान खडा गर्छ। त्यसैले ज्ञान हासिल गर्ने सिलसिलामा विलासी वस्तुहरूको प्रयोग वर्जित गरिएको हो। परमेश्वरले हामीलाई प्रचुरमात्रामा स्रोत र साधन दिनु भएको छ तर हामीले यसलाई बचत र अधिक उपभोगबाट सीमित बनाएका छौं। परमेश्वरले सबैलाई बराबर स्रोत साधन दिनु भएको छ तर हामीले त्यसलाई बराबरी हुन दिएनौं। पैसाको अविवेकी बचतले असमानता बढ्न गएको छ। परमेश्वरले सबैलाई उपभोगका लागि समान स्रोत साधन दिनु भएको छ। तर कसैको अधिक र कसको न्यून उपभोगका कारण स्रोत साधन माथिको पहुँचमा असमानता बढ्दैगयो। न अधिक उपभोगले न त न्यून उपयोगले नै आध्यात्मिकतामा सहयोग पुग्छ। यदि मानिसले बचत नगर्ने हो भने स्रोत साधन प्रचूर मात्रामा उपलब्ध हुन सक्छ र लामो अवधिसम्म पुग्छ तर मानिसले यसरी परमेश्वरबाट प्राप्त उपहारलाई (

स्रोत साधन) गलत वितरण र उपभोग गरेर कसैलाई सजिलो र कसैलाई कठीन पहुँचमा राखीदियौं । यदि बचत भएन भने सबैको भाग, अंश बराबरी हुन सक्छ । कसैले सम्पत्ति र स्रोत कुम्ल्याउनु भनेको अरू धेरै व्यक्तिहरूलाई आधा पेट खाएर र आधा शरीर ढाकेर सडकका पेटीमा चिसो रात काट्न बाध्य बनाउनु हो ।

यसैले पैसाको, वस्तुको र सेवाको बचतले सम्पूर्ण संसारलाई असन्तुलित बनाएको छ। अमेरिकामा सबैभन्दा ठूलो पेट्रोलियम पदार्थको कुवा छ तर पनि अमेरिकाले यसको उपभोग गरेको छैन । यो भविष्यको लागि बचत गरी राखिएको छ । यस्ता धेरै उदाहरणहरू छन् तर ती सबैलाई स्थान अभावका कारण उल्लेख गर्न सकिएन । हामी धेरै खान्छौं अथवा धेरै खाना पेटमा बचत गर्छौं, जसको कारण रगतका नलिमा बोसो र कोलेस्टेरोल बढ्छ र रगतका नसाहरू साँगुरिन्छन् र कतिपय अवस्थामा नशा बन्द नै हुन्छन्, जसबाट हृदयघात हुन्छ । त्यस्तै गरेर हामीले धेरै पैसा बैंकमा बचत गऱ्यौं भने, धेरै सुन र अन्य वस्तु घरमा संचिती गरी राख्यौं भने यसबाट हाम्रो हृदय र मनमा अपवित्रता बढ्छ । हृदयमा खिया पर्छ, कत्ला बस्छ । मनमा फोहर बढ्छ । यीबाट हृदय र मनले राम्ररी कार्य गर्न सक्दैन र मासिक रोग र हृदय रोग लाग्छ । यसबाट लोभ, मोह, द्वेष बढ्छ तर परोपकारी भावना विस्तारै हट्दै जान्छ । यिनै परिणाम स्वरूप उच्च रक्तचाप, मधुमेह, हृदय रोग, मानसिक रोग र दिनचर्या र जीवन पद्दतिसम्बन्धी धेरै रोग लाग्छन् । जसले सुन, पैसा र प्रतिष्ठाको तृष्णा गर्छ उसले कहिल्यै सन्तोषको सास फेर्न सक्दैन । जति बचत गऱ्यो त्यति नै पैसा, प्रतिष्ठा र सुनको चाहना बढ्दै जान्छ । सुनले हाम्रो हृदयलाई प्रदूषण गर्छ र मानिसलाई अविवेकी बनाउँछ, घमण्डी बनाउँछ । राजा परिक्षित उदाहरण हुनुहुन्छ । सतानत धर्ममा वर्णन गरे जस्तै यस्तो पैसा, प्रतिष्ठा र सुनले व्यक्तिलाई कुबाटो लगाउँछ, रोग लगाउँछ, द्वन्द्व बढाउँछ र अन्त्यमा मृत्युको मुखमा होम्छ श्रीमद्भागवत पुराणले यहि सन्देश दिन्छ । सबै आस्थाहरूले नचाँहिँदो संचितीलाई हतोत्साहित गर्दछन् । सनातन धर्ममा त संचिती निषेध गरिएको छ । ईसाई धर्ममा पनि बचतलाई अनावश्यक र अनिश्चित कार्य मानिएको छ (कृष्टाउदो, २०१२) । जसले बचत गर्छ ऊ ख्रीष्टीयन

विरोध हुन्छ (गार्डनर, १९८८) । एउटा उखान छ बचत भएन भने इसाई धर्मको टाट पल्टिन्छ तर इसाई धर्म बचत नभएर कहिल्यै टाट पल्टिदैन बरु मौलाउँछ । बचतले सबै सामाजिक पद्दतिहरूमा विसंगति ल्याउँछ, नैतिक विचलन ल्याउँछ । पहिले पहिले व्यक्तिहरू फलफूल, सब्जी र अन्न गाउँले छिमेकी र पाहुनासँग बाँडेर खान्थे । अहिले बजार जान्छ । बेचिन्छ र पैसा बचत गरिन्छ । यतिसम्म कि पैसा जम्मा गर्नकै लागि व्यक्ति आफ्नो छोराछोरीलाई समेत दूध नदिई बजारमा लगेर बेच्छन् । यो भौतिक र आध्यात्मिक दुवै दृष्टिकोणले अनुपयुक्त व्यवहार हो, यसले आत्मालाई प्रदूषण गर्छ ।

६.२ आध्यात्मिक बचत

मानिसहरूलाई बचत गर्ने दुई वटा विकल्पहरू छन्, आफ्नो आत्मा बचाउने वा आफ्ना लागि पैसा बचाउने । दुवै लक्ष्यहरू एकै पटक हासिल गर्न सामान्यतः असम्भव छ । जसले अनावश्यक रूपमा पैसाको बचत गर्छन् उनीहरूले आफ्नो आत्मालाई प्रदूषण गरी रहेका हुन्छन् । जसले भगवानका खातामा पैसा जम्मा गर्छन् उसले आफ्नो आत्मालाई सुरक्षा प्रदान गर्दछन् । भौतिक र आध्यात्मिक बचत बीच करिब उल्टो सम्बन्ध हुन्छ । जसले गरीब दुःखीहरूलाई गाँस, वास र कपास प्रदान गर्छ उसले बैंकमा पैसा जम्मा गर्न त सक्दैन तर उसले परमेश्वरको खातामा आध्यात्मिक धन जम्मा गरी रहेको हुन्छ । अनिकाल वा भोकमरीको बेला जसले गरीबलाई अन्न प्रदान गर्छ उसबाट ती गरीबी र भोकमरीमा परेका व्यक्तिहरू खुशी हुन्छन् । त्यो भन्दा बढी खुशी दातालाई प्राप्त हुन्छ । गरिबले गाँस, वास र कपास पाउँदा परमेश्वर खुशी हुनुहुन्छ । अझ बढी खुशी तब हुनुहुन्छ जब रोगी र अपाङ्गले सहयोग र सेवा पाउँछन् । परमेश्वरले वस्तुहरूको सिर्जना अरूलाई दिनका लागि गर्नु भएको हो । फलका बोटले मानिसलाई र अरू पशुपंक्षीहरूलाई दिनका लागि फल फलाउँछन् । बोटले आफ्नो फल आफै कहिल्यै खाँदैन । उसले मानिसलाई नै फलफूल प्रदान गर्छ । गाई भैसीले हामीलाई दुध दिन्छन । उनीहरूले मानिसलाई आफ्नो छोराछोरी जस्तै गरेर दुध दिन्छन् । त्यसकारण मान्छे भएर अरू जनावर पशुपंक्षी र बोट विरुवालाई दिनु त कता हो कता अरू मानिसलाई सम्म

दिए, पनि त हुन्थ्यो । त्यो नगरी आफ्नो लागि बचत गर्नु आत्मालाई प्रदूषण गर्नु नै हो ।

यदि हामीले गरीब, रोगी र अपाङ्गका लागि बचत गऱ्यौं भने सिधैं परमेश्वरको खातामा जम्मा हुन्छ । त्यसैलाई हामी आध्यात्मिक बचत भन्दछौं । व्यक्तिहरूलाई दुईवटा विकल्पहरू छन्, या त बैंकको खातामा जम्मा गर्ने या गरीब दुःखीहरूका लागि दान दिने । भोका गरीब दुःखीहरूका लागि च्यारिटीलाई दिनु भनेकै परमेश्वरको खातामा जम्मा गर्नु हो । माथि उल्लेख गरेअनुसार मैंरी, मुसा, कमिला र मानिसले बचत गरेको खाना, पैसा र सम्पत्ति कसैले पनि उपभोग गर्न पाउँदैनन् । च्यारिटीमा दिँदा कुनै प्रतिफल, नाम र ख्याति वा प्रसिद्धिका आशा नलिई गर्नुपर्छ । दान दिँदा स्वर्गको आशा गर्नु पनि स्वार्थी विचार हो । कसैलाई कुनै वस्तु वा सेवा दिँदा कुनै आशा र कामना गर्नुहुँदैन । भौतिक वस्तु वा पैसाको बचत पृथ्वीमा नै सीमित हुन्छ तर आध्यात्मिक बचत शरीरबाट छुटको आत्मा सँगसँगै जान्छ । ध्यान, योग र अन्य पुण्यकर्म वा पवित्र कर्म (अपाङ्ग र रोगीको सेवा स्याहार) द्वारा आध्यात्मिक बचतको प्रवर्द्धन हुन्छ ।

बचतको विषयमा विभिन्न खालको धारणा रहेको पाउँछौं । कोही कोही सीमित भौतिक धन सम्पत्ति र पैसाको बचतका पक्षमा हुनुहुन्छ किनकि आध्यात्मिक र कर्मकाण्डका क्रियाकलापहरूका लागि भौतिक वस्तु र पैसा आवश्यक पर्छ । दान दिन पनि वचन हुनुपर्छ । अरू धेरै पैसाको बचतलाई आध्यात्मिक रूपमा हतोत्साहित गर्नुपर्छ भने धारणा राख्नुहुन्छ । बुद्धधर्ममा भिक्षू तथा गुरुहरूले कुनै पनि वस्तु वा पैसाको बचत गर्नुहुन्न । तर सनातन धर्ममा सीमित बचतलाई अनुमति प्रदान गरिएको छ । यज्ञ गर्न पनि केही वस्तु र पैसाको जरुरत पर्छ । सर्वसाधारणलाई योग शीविर सञ्चालन गर्न पैसाको बचत छैन भने गाह्रो पर्छ । त्यस्ता क्रियाकलापहरूका लागि सीमित पैसाको बचत गर्न दिइनुपर्छ । तर त्यो सीमितको वा सीमा रेखाको व्याख्या आ-आफ्नो तरिकाले गरिएको हुन्छ । बचतको कुनै सीमारेखा कोरिएको छैन । व्यक्तिको इच्छाअनुसार यसको व्याख्या हुन्छ । कसैले सयौं कसैले अरबौंलाई सीमा रेखा मान्दै आएका छन् । पशुपंक्षीको राज्यमा बचत

निषेधित छ उनीहरूको आफ्नो स्टोर छैन, त्यसैले भविष्यको चिन्ता पनि छैन । परमेश्वरले उनीहरूलाई हेरचाह गर्नुहुन्छ ।

इस्लाम धर्ममा सीमित बचत गर्न छुट छ। यस्तो बचत परिवार र धार्मिक क्रियाकलापका लागि खर्च गरिन्छ। दाक्वीक अल इदले दुईवटा व्याख्या गर्नु भएको छ । एउटा आफ्नो लागि र परिवारका लागि बचत । यदि व्यक्ति एक्लै छ भने उसले कुनै बचत गर्नु पर्दैन ।

"तपाईंको आफ्नो पैसा त्यो हो जुन च्यारिटीमा दान दिनु हुन्छ । तपाईंको लागि चाँहिँ जुन पैसा बचत गर्नुहुन्छ त्यही हो ।" अल वुखारी

तपाईंले बचत गर्नु भएको पैसा चाँहि तपाईंको लागि साह्रो गाह्रो टार्न लागि हो । तर तपाईंको आफ्नो पैसा चाँहिँ त्यो हो जुन तपाईंले च्यारिटीमा दिनुहुन्छ। तपाईंले बचत गर्नु भएको पैसा तपाईको लागि होइन, यो अरू कसैले प्रयोग गर्छ । च्यारिटी, दान, दातव्यको रूपमा दिइएको पैसा तपाईंको हो किनकि यो न कसैले चोर्न सक्छ, न त कसैले नष्ट नै गर्न सक्छ। यो तपाईंले यही जन्ममा वा अर्को जन्ममा प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ । अरूको जीवनको रक्षा गर्नु वा भलाई गर्नु नै आध्यात्मिक बचत हो। सबै धर्ममा एउटै कुरा भनिएको छ "जुन तपाईंले दान दिनु भएको छ त्यो नै तपाईको आफ्नो लागि बचत हो ।" यो परमेश्वरको खातामा जम्मा भइरहेको हुन्छ। यो व्यर्थैमा जाँदैन । यसले आध्यात्मिक व्याज वा कुत प्रदान गर्छ। यसले तपाईलाई परमेश्वरतिर लिएर जान्छ। हामी गरीब र अपाङ्गका लागि च्यारिटीमा पैसा दान गरेर उनीहरूको जीवन बचाउन सक्छौं । च्यारिटीले विरामी र अपाङ्गहरूको जीवन बचाउँछ। धेरै व्यक्तिको जीवन बचाउनु भनेको धेरै आध्यात्मिक धनको बचत गर्नु हो । सनातन धर्मको पवित्र ग्रन्थ गीताले पनि रोगी र अपाङ्गहरूको सेवा नै परमेश्वरको सेवा हो भनेको छ । परमेश्वर आफ्नो धनबाट गरीब, अपाङ्ग, रोगी, टुहुराहरूले फाइदा पाएको देख्न पाउँदा खुशी हुनुहुन्छ। यसो गर्नु भनेको आध्यात्मिक बचत गर्नु हो ।

६.३ सन्दर्भसूची

क्रिष्टाउडो, डब्लु. (२०१२). धर्म, पुनर्जागरण, संघर्ष, टोरन्टो विश्वविद्यालय प्रेस ।

दयानन्द, एस. (१९८९). वेदान्तको परिचयःमौलिक समस्या। भिजन बुक्स ।

www.hinduonline.co/DigitalLibrary/SmallBooks/introductiontovedantaswamidayananda Eng.pdf
गार्डनर, सी. (१९८८). इगेन हुसेनस्टक हुस्सीका महानवाणीहरू ।
जोटला, एस.सी. (१९९५). दानको अभ्यास/साधना । बुद्धिष्ट पब्लिकेशन समाज, श्रीलंका ।
www.accesstoinsight.org/lib/authors/various/wheel367.html
कृष्णानन्द (मिति नखुलेको). कठोपनिषद, डिभाइन लाइफ सोसाइटी, भारत
प्रभुपाद, एस. (१९७२). भगवत गीता यथारुप । सम्पूर्ण संस्करण, कोलियर म्याक मिलन प्रकाशन, लन्डन ।
कुल्फ, जी.डब्लु (१९९५). इसाई र हिन्दु धर्मका साझा सिकाई (दो.सं.). जोमर प्रेस टेक्सस, अमेरीका ।
.........., पैसाको बचत धार्मिक दृष्टिकोण फतवा नं. १०८०१३ ।
http://www.islamweb.net/emainpage/index.php?page=showfatwa &Option=FatwaId&Id=108013
.........., इसाईको बाइबल सन्दर्भ स्थान ।
www.christianbiblereference.org/faq_generosity.htm

अध्याय सात
दानको अर्थशास्त्र

"कोही पनि दान दिएर गरीब भएको छैनन् ।" - अन्ना फ्रेन्क

७.१ दानको अर्थ

वेदका अनुसार 'दा' भनेको दिनु अथवा केही चिज वा सम्मान दिनु हो । दानको अर्थ सर्वसाधारण व्यक्तिले साधु, भिक्षू वा भिक्षूणी वा अरु कसैलाई उपहार, दान, दक्षिणा अथवा सम्मान दिनु हो ।

सबै आस्थाहरूमा धन भनेको परमेश्वरले प्रदान गरेको नासो हो । त्यसैले व्यक्तिमा धनको पूर्ण स्वामित्व हुँदैन । सबै आस्थामा एउटै मत छ, धन सम्पत्ति सबै परमेश्वरबाट प्राप्त नासो हो, त्यसैले यसको खास मालिक भनेको परमेश्वर नै हो । व्यक्तिहरू त परमेश्वरले प्रदान गर्नु भएको धनको रखवारी वा हेरचाह गर्ने गोठालामात्र हुन् । ईस्लाम धर्मअनुसार परमेश्वरको विश्वासका कारण नै वहाँले व्यक्तिलाई धन सुम्पनु भएको हो । जकातले धनको मोहबाट मुक्त गराउँछ । सबै दयावान सहयोगलाई दान भनेर बुझिन्छ चाहे त्यो सनातन धर्ममा होस् चाहे बुद्धधर्ममा । त्यसैलाई इसाई धर्ममा च्यारिटी र इस्लाममा जकात र सादगह् भनिन्छ । जे नाम दिए पनि तिनीहरूको उद्देश्य एउटै छ ।

ईस्लाम धर्मानुसार जकात ईस्लाम धर्मको मेरुदण्ड र तेस्रो खम्बा हो । यसले अरू चारवटा खम्बाहरूलाई समेत प्रभावित तुल्याउँछ । बुद्ध धर्मानुसार यो तीन पुण्यक्रियावस्तु मध्येको पहिलो वस्तु र चारववटा संघवस्तु मध्येको पहिलो वस्तु र दशवटा पारमितामध्ये पहिलो पारमिता हो (वार्थी, १९९५) । दान, जकात वा भिक्षा भनेको कुनै पनि वस्तु वा सेवा प्रदान गरेवापत दिईने वा ज्याला होइन, यो गरीब, दुःखी र कमजोर व्यक्ति वा समाजलाई स-सम्मान प्रदान गरिने सहयोग हो ।

यसले दाताको हृदय र मनलाई शुद्धीकरण गर्छ, र प्रापकलाई सहयोग प्रदान गर्छ । शुरुमा व्यक्तिहरूले भगवान बुद्धलाई सम्मान गरेनन् । तर उनीहरूले वहाँबाट दानको विषयमा दिएको प्रवचनलाई प्रशंसा गरे र विस्तारै वहाँलाई शिक्षकको रूपमा स्वीकार गरे (वोधी, १९९५) । त्यसैले शुरुबाटै दान, समाधि, ध्यान, ज्ञानले अष्टाङ्ग मार्ग बाटोमा डोऱ्याउँछ ।

पहिलो जसले दान दिन्छ, उ पवित्र हुनुपर्छ । दोस्रो दान दिने वस्तु उपयोगी हुनुपर्छ । तेस्रो, यो ठीक व्यक्तिलाई दिनुपर्छ (साधु, भिक्षू, भिक्षूणी, गरीब, रोगी, अपाङ्ग व्यक्ति) । दान वस्तु पनि हुनसक्छ गैर वस्तु पनि हुन सक्छ । धम्मदान अथवा ज्ञान दान पनि हुन सक्छ । धम्मदानले धर्मको बाटो तिर लैजान्छ । जसले ज्ञानको दान गर्दछन्, उनीहरूले बुद्ध भगवानका सन्देशलाई राम्ररी व्याख्या गर्छन् शास्वत सत्य अरूलाई बाँडछन् र उत्कृष्ट किसिमको परोपकारी कार्यहरू गर्छन् । जसले धर्म वा ज्ञानको विषय अरूलाई सिकाउन सक्दैनन् उनीहरूले धम्मपदको किताबहरू दान दिन सक्छन् । उनीहरूले धम्मपदको अनुवाद गरेर र दुर्लभ बुद्धधर्मबारेका पाण्डुलिपिलाई प्रकाशन गर्न सहयोग गर्न सक्छन्, अथवा बुद्धधर्मको प्रचारप्रसार गर्ने काममा सहयोग गर्न सक्छन् । हामीहरूले ज्ञानको विषयमा धम्मपदको विषयमा अनौपचारिक छलफल चलाउन सक्छौं, ध्यान गर्न प्रोत्साहन गर्न सक्छौं र ध्यान शीविर राख्न सहयोग गर्न सक्छौं । हामी ज्ञानका केही पक्ष वा धम्मपदको आंशिक व्याख्या गरी अरूलाई सहयोग पुऱ्याउन सक्छौं । ध्यान केन्द्रलाई नगद वा जिन्सी सहयोग गर्न सक्छौं । ध्यान सिकाउने गुरुलाई उपासक, उपासिकालाई भौतिकवस्तु प्रदान गरेर वा सेवा गरेर धम्म प्राप्त गर्नसक्छौं ।

७.२ दानको क्षेत्र

दान र चन्दा एउटै कुरा होइनन् । दानको उच्च आध्यात्मिक मूल्य छ । यसलाई आध्यात्मिक विकासको बीऊको रूपमा लिइन्छ । जस्तो वीऊको अंकुरण हुन्छ, त्यस्तै मानिसको हृदयमा ज्ञान पलाउँछ । यसले विस्तारै आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन र वितरण गर्छ । दान दिनु अगाडि त्यो भौतिक वस्तु हुन्छ तर दान दिइसकेपछि त्यो आध्यात्मिक ऊर्जामा रूपान्तरण हुन्छ । आध्यात्मिक भौतिक भन्दा धेरै माथि हुन्छ

। शिक्षणलाई पनि बुद्ध र सनातन धर्ममा दानकै रूपमा लिइन्छ। शिक्षण कार्यका लागि पैसा वा श्रमदान गरेर विद्यालय स्थापना गरिन्छ । शिक्षकले श्रमदान गरेर निःशुल्क अध्यापन गर्न सक्दछन् । किनकि यस्तो ज्ञानलाई कुनै परिमाणमा नाप्न सकिँदैन । कसैको परोपकारी भावना सहितको सहयोग पनि उपहार नै हो । यसले गुरुलाई मात्र नभएर सम्पूर्ण संघ र धर्मलाई नै सहयोग पुऱ्याई रहेको हुन्छ। मन र हृदयमा भएको अपवित्रता हटाई शान्ति र अझ बढी त तपाईं आफैंलाई आनन्द प्रदान गर्छ।

ईस्लाम धर्ममा, जकातको रूपमा दिइएको पैसा खास काममा मात्र उपयोग गर्न सकिन्छ। यसको प्रयोग गरीब दुःखीको सहयोगका लागि, दासलाई मुक्त गर्नका लागि, गरीबहरूको ऋणमोचन गर्नका लागि र गरीबको धार्मिक यात्राका लागि मात्र ईस्लामिक नियमले अनुमति प्रदान गर्छ (कुरान, ९:६०)। ईस्लाममा पनि परोपकारी र चन्दा दानलाई प्रशंसा गरिएको छ । ईस्लाम धर्ममा आयको निश्चित प्रतिशत रकम जकातको रूपमा दिनैपर्छ। यो ईस्लामको प्रादुर्भाव सँगसँगै सुरु भएको व्यवहार हो। यो पवित्र कार्य सँगसँगै सुरु भएको व्यवहार हो। यो पवित्र कार्य पनि हो (कुरान ७:१५६)। अरू व्यक्तिहरूको आर्थिक कठीनाईलाई कम गराउनु हरेक मुसलमानको दायित्व हो । कम्तिमा पनि आयको २.५ प्रतिशत रकम जकातको रूपमा तिर्नै पर्छ। जोसँग उच्च आय छ वा धेरै सम्पत्ति छ भने यो भन्दा पनि बढी अंश जकातको रूपमा दिन सक्छन्। अथवा परोपकारी संस्थामा सदाकहको रूपमा दान दिन सक्छन् । त्यसकारण यसलाई प्रगतिशील दान प्रणालीको रूपमा लिन सकिन्छ। यो रकम दास, ऋण मोचन र धार्मिक यात्रुका लागि खर्च गर्न सकिन्छ । हरामको काम गरी कमाएको धन जकातबाट शुद्ध हुन सक्दैन । हिंसाबाट कमाएको धनको केही अंश जकातको रूपमा तिर्दा कालो धनको निर्मलीकरण हुन सक्दैन। यस्तो कालोधनको केही अंश दान गर्दा अल्लाहबाट कुनै पुरस्कार मिल्न सक्दैन । त्यसले पवित्र कार्यद्वारा कमाएको धनमात्र जकातको रूपमा प्रदान गर्नुपर्छ। जकातले भौतिक धनलाई शुद्ध गर्ने होइन यसले त मानिसको मनलाई र हृदयलाई मात्र शुद्ध पार्छ । मुसलमानले जकातभन्दा बढी रकम स्वतः स्फूर्त रूपमा सादकहको रूपमा च्यारिटीमा दान दिन सक्छन् । यसबाट अतिरिक्त

पुरस्कार प्राप्त हुन्छ । इस्लामका अनुसार भिक्षा गरीब र अपाङ्ग व्यक्तिलाई प्रदान गरिन्छ। त्यस्तो भिक्षा सङ्कलन गर्ने व्यक्ति दायित्व वा ऋणबाट मुक्त हुनुपर्छ । यसको अर्थ भिक्षा पनि असल कर्मबाट कमाउनु पर्छ र पवित्र कर्म मै लगाउनु पर्छ। अझ दाताको हृदय प्रफुल्ल र सफा भएको हुनुपर्छ। ऊर्जा उत्पादन गर्न दान गर्ने मात्र होइन सबै पैसा, वस्तु र सेवा असल कर्मद्वारा आजर्न गरेको हुनुपर्छ।

दान गरीब र जरुरत परेका व्यक्तिहरूका लागि मात्र हो। जसले दान सङ्कलन गर्छ जसको हृदयमा मेलमिलापको भावना हुन्छ। यस्तो दान वेकसुर कैदी मुक्ती गर्न, ऋण मोचन गर्न र अल्लाहबाट निर्देशित कामको लागि र यात्रीहरूको भाडा तिर्न प्रयोग गरिन्छ (कुरान ९:६०)।

इसाई धर्ममा भिक्षादान अथवा दान दातव्य र चन्दा अभागी व्यक्तिहरूलाई प्रत्यक्ष र परोक्ष रूपले फाइदा पुऱ्याउन पैसा, वस्तुहरू, ज्ञान अथवा श्रम सिधैं वा च्यारिटी मार्फत वा गुठी मार्फत् दिनु नै दान हो । च्यारिटी वा गुठीमा दिइने सहयोगलाई नै भिक्षा दान भनिन्छ । यसको काम च्यारिटीको असल उद्देश्यबाट निर्देशित छ । येसु ख्रिष्ट भन्नुहुन्छ हामीले कमजोर व्यक्तिलाई बाच्नका लागि सहयोग गर्नु पर्छ । गाँस, वास र कपासबाट वञ्चित रोगी, अपाङ्ग, विधवा, टुहुरा, घाइतेहरू च्यारिटी वा गुठीका लाभान्वित समूहहरू हुन्, अथवा सहयोग प्राप्त गर्ने समूहहरू हुन् । कोहीसँग सहयोग गर्ने मन हुन्छ तर धन हुँदैन यस्तो अवस्थामा आफै सार्वजनिक स्थानमा भिख मागेर पैसा वटुली त्यस्ता अभागी समूहलाई सहयोग प्रदान गर्दछन्। त्यस्तो कार्य निकै प्रशंसनीय मानिन्छ।

"दान लिने भन्दा दिनेलाई परमेश्वरले बढी आर्शिवाद दिनुहुन्छ।"
(एक्टस, २०:३५, बाइबल)

दान, चन्दा, परोपकार र भिक्षादान एउटै अर्थ दिने पर्यायवाची शब्दहरू होइनन् । चन्दाको सीमा सानो हुन्छ र मानिसको भलाईमा सीमित छ तर दानको अर्थ बृहत छ। यो दान संकलकमा मात्र सीमित नभई परमेश्वर वा परमात्मासम्म पुग्छ । दान सही व्यक्तिलाई उच्च

सम्मानका साथ प्रदान गरिन्छ । दानले दाता र प्रापक दुवैलाई फाइदा पुऱ्याउँछ । दान परमेश्वरको नाममा कसैलाई दिइन्छ । जबकि चन्दा वा डोनेशन परमेश्वर वा भगवानसँग जोडिएर वा नजोडीकनै पनि दिन सकिन्छ । सबै धर्मका पवित्र ग्रन्थअनुसार दान उपयोगी वस्तु हुनुपर्छ । पूर्वीय ऋषि तथा महर्षिहरूका अनुसार दान दिने वस्तु मूल्यवान हुनुपर्छ । तर काम नलाग्ने अथवा कमसल वस्तु दानको रूपमा दिने चलन छ । यसले त दातालाई नै हानि पुऱ्याउँछ । जसले बुढी गाई दान गर्छ त्यसलाई त पक्कै हानि गर्छ । जुन वस्तु उपयोगी छैन त्यस्तो वस्तु दानको रूपमा दिनु हुँदैन ।

निष्कर्षमा दानको रूपमा दिइने वस्तु मूल्यवान हुनुपर्छ भन्ने विषयमा सबै आस्थाहरूको एक मत छ । यो गोप्य र सम्मानपूर्वक दिनुपर्छ । दान आफ्नो गच्छेअनुसार प्रसन्न मुद्रामा हृदय देखिनै खुशीले प्रापकलाई प्रदान गर्नुपर्छ । आडम्बर घमण्ड साथ दुनियाँलाई देखाउने र विज्ञापन गर्ने प्रयोजनले दान दिनुहुँदैन । यो सर्वसाधारण व्यक्तिले आध्यात्मिक व्यक्ति वा गरीब दुःखी व्यक्तिलाई सम्मानका साथ प्रदान गर्नुपर्छ (टङ्कन, मिति नखुलेको) ।

> "कुनै भाइ वा बहिनीले च्यातिएको कपडा लगाउनु भएको छ, खाने कुरा छैन, त्यस्ता व्यक्तिलाई केही नदिएर शान्तसँग रहनुहोस् भन्नु, तातो लुगा लगाउनुहोस्, राम्रो खाना खानुहोस् भन्नुको कुनै अर्थ छैन ।" (जेम्स, २:१४-२४, बाइबल) ।

> "जसले गरीबलाई दिन्छ, उसँग कमी हुँदैन तर जसले आफ्ना आँखा लुकाउँछ वा बन्द गर्छ उसलाई धेरै दुःख आइलाग्छन् । " (उक्तिहरू २८ : २७, बाइबल) ।

तपाईले दान दिनु भयो भने तपाईंको मनमा शान्ति र हृदयमा आनन्दको संचार हुन्छ । धेरै मानिसहरू दान दिएर के पाइन्छ भनेर प्रश्न गर्नुहुन्छ ? भौतिक रूपमा दानबाट तपाईले केही पनि पाउनु हुन्न । तर यसले आध्यात्मिक बल प्रदान गर्छ, जसले व्यक्तिलाई अझ बढी खुशी र शान्ति प्रदान गर्छ । व्यक्ति स्वर्ग पुग्नका लागि दान दिन्छन् ।

यस्तो स्वर्गमा न त मृत्युको डर हुन्छ न त रोग व्याधिको नै । यस्तो कामना सहित दान दियौं भने त्यो पनि फलाशक्ति वा फल प्राप्त गर्न नै दिएको दान हुन जान्छ । सनातन धर्ममा व्यक्तिहरू स्वर्ग पुग्ने आशाका साथ दान दिन्छन् तर वहाँहरूले यो बिर्सनु हुन्छ कि दानले दाताको हृदय र मनलाई शुद्ध बनाइदिन्छ । यसले हृदय र मनमा रहेका अपवित्रता र फोहरहरूलाई नष्ट गरीदिन्छ अनि शान्तिको बिजारोपण गरिदिन्छ । म स्वर्ग विरोधी व्यक्ति होइन, तर आशय यति मात्र हो कि दानको फाइदा हृदय, मन मस्तिष्क र व्यक्तिहरूको क्रियाकलापमा देखिनुपर्छ । सोचाइ, दृष्टिकोण, अनुभूति र कार्यहरूमा फरकपन देखिनु पर्छ । यही लोकमा धेरै परिवर्तन देखिनु पर्छ । स्वर्ग पुग्ने इच्छा माध्यमिक उद्देश्य हो । स्वर्ग यस्तो ठाउँ हो अरे जहाँ व्यक्तिले सत्चिदानन्द प्राप्त गर्छ अथवा सबैभन्दा माथिल्लो कोटीको आनन्दको अनुभूति गर्छ । जहाँ मृत्यु बुढ्याई र पुनर्जन्म हुँदैन । धेरै विद्वानहरूको मतमा स्वर्ग पुग्ने इच्छा स्वार्थी इच्छा हो । यो फलसँग जोडिएको छ र फलाशक्तिको भावना सहित त्यस्तो दान आएको हुन्छ । त्यसैले यसले स्वर्ग जाने तपाईको बाटोमा अवरोध सिर्जना गर्छ । यस्ता स्वार्थी मानिसहरू स्वर्ग पुग्न सक्दैनन् । वास्तविक स्वर्ग त हामीभित्रै छ । जसले मन र हृदयलाई सफा राख्दछ दिगो, शान्ति र आनन्द आफूभित्र नै देख्छ, उसको लागि स्वर्ग आफूभित्र नै छ ।

यदि स्वर्ग छ नै भने पनि व्यक्तिहरू स्वर्गको भोग सकिएपछि पुनः दुःखको भुमरीमा पर्छन् । ईसा उपनिषदअनुसार व्यक्तिले स्वर्गमा अस्थायी बास मात्र पाउँछ, त्यसपछि पुन मृत्यु लोकमा नै आउनु पर्छ । स्वर्ग जान पाऊ भन्ने कामना साथ कसैले दान दिन्छ भने त्यो स्वार्थी विचार हो । कसैले पनि दान दिँदा कुनै आशा, कामना नगरी वा फलको आशा नगरिकन प्रदान गर्नुपर्छ । यदि आशा सहित दान दिइन्छ भने दानको शक्ति क्षय हुन्छ, यसले आध्यात्मिक शक्ति प्रदान गर्दैन् ।

हामीले कुम्भमेलाको समयमा एउटा सानो अध्ययन गरेका थियौं । जसमा ३० वर्षभन्दा कम उमेरका ८०% व्यक्तिहरूले गरीब, अपाङ्ग र रोगीको सेवाका लागि दान दिएको बताए भने ६५% भन्दा बढी ७० वर्ष र सोभन्दा बढी उमेर समूहका दाताहरूले स्वर्ग पुग्ने इच्छाका साथ दान

दिएको बताए । करीब ५% व्यक्तिले मात्र हृदय र मनलाई शुद्धीकरण गर्न दान दिएको बताए । यसबाट यो स्पष्ट हुन्छ कि आध्यात्मिक ज्ञान धार्मिक व्यक्तिहरूमा पनि निकै कम छ ।

७.३ दानका वलहरू

हामीमध्ये धेरै जना व्यक्तिहरू बजारका दुई बलहरू माग र आपूर्तिसँग परिचित छौं । यिनै दुई वलहरूले वस्तुको मूल्य निर्धारण गर्छ । व्यक्ति मूल्य कम भएको समयमा धेरै परिमाणमा वस्तुहरू किन्छन् तर बढ्यो भने कम परिमाणमा वस्तुहरू किन्छन् । आपूर्तिकर्ताले बढेको समयमा धेरै परिमाणमा वस्तुहरूको आपूर्ति गर्छ तर घटेको बेलामा थोरै परिमाण मात्र । यी दुई बलहरू (माग र आपूर्ति) को सन्तुलन बिन्दूले वस्तुको निर्धारण गर्छ । जुन बिन्दुमा यी दुई वलहरू एक अर्कामा काटिन पुग्छन् त्यही बिन्दु नै सन्तुलन बिन्दु हो । दानमा पनि यस्तै नियम लागु हुन्छ । हामीभित्र पनि दानी र लोभी बलहरु विद्यमान छन् । जब हामीभित्रको हृदयमा दानीबल बढ्छ दानको परिणाम र दान प्राप्त गर्ने व्यक्तिलाई गरिने सम्मान पनि बढ्छ । तर जब हृदयमा लोभ बढ्छ तब दानको परिणाम र दान लिने व्यक्तिप्रति गरिने सम्मान पनि घट्छ । हाम्रो हृदयभित्रका यी दुई, दानी र लोभी बलका रेखाहरू जुन बिन्दूमा एक अर्कामा काटिन पुग्छन् त्यसै बिन्दुले दानको परिमाण वा रकमको निर्धारण गर्छ । दानी बलले बढी दिन प्रेरित गर्छ भने लोभी बलले दान थोरै दिन प्रभावित बनाउँछ । त्यसैले एउटा बलले अर्को बललाई धकेल्छन् यही क्रममा एउटा बिन्दूमा सन्तुलन कायम हुन्छ त्यसैले दानको परिमाण र दान लिने व्यक्तिलाई दिइने सम्मानको निर्धारण गर्छ । यसैलाई चित्र 16 B मा देखाइएको छ ।

हाम्रो हृदयभित्र जुन लोभी बल छ त्यो भौतिक बल हो, जसले दानलाई थोरै भन्दा थोरै बनाउन कोशिस गर्छ । लोभ भौतिक वस्तुको चाहनाबाटै पलाउँछ । प्रत्येक व्यक्ति भौतिक वस्तुको चाहनापूर्ति गर्न नै तल्लीन रहेको हुन्छ । सिधा भन्नुपर्दा उ इन्द्रियलाई सेवा गर्न नै व्यस्त रहन्छ । लोभीबलले धेरैभन्दा धेरै वस्तु र सेवाको उपभोग गरी इन्द्रियलाई सन्तुष्ट पार्न कोशिस गर्छ । अर्कोतर्फ दानीबलले वा परोपकारी बलले धेरै भन्दा धेरै दान दिई आत्मालाई र परमात्मालाई सन्तुष्ट पार्न कोशिस

गर्छ । यसैलाई आध्यात्मिक बल पनि भन्दछौं । यी दुवै बल हरेक व्यक्तिको हृदयभित्र विद्यमान हुन्छन् । कसैमा दानी वा आध्यात्मिक बल बढी बलियो हुन्छ भने कसैमा लोभी वा भौतिक बल अधिक शक्तिशाली हुन्छ । मानिसको हृदयमा लोभी बल शक्तिशाली हुन्छ भने समाजको हृदयमा दानी बल बढी शक्तिशाली हुन्छ । सामाजिक हृदयमा दानी बल शक्तिशाली भएकैले दानी बलले व्यक्तिहरूलाई प्रभाव पारी बढी भन्दा बढी चन्दा वा दान सङ्कलन गर्न सम्भव भएको हुन्छ । उदाहरणका लागि कुनै व्यक्तिसँग घरमा दान माग्न गयो भने उसले थोरै मात्र दान दिन्छ । त्यही व्यक्तिलाई धार्मिक प्रवचन भएको स्थान वा पुराण वा कुरानको वाचन तथा व्याख्या भएको स्थनमा दान मागियो भने धेरै दान प्राप्त हुन्छ । त्यस्तै ध्यान शिविरमा भाग लिएपछि पनि व्यक्तिले बढी दान दिन्छ ।

यो एउटाले गरेको दानको प्रदर्शन अर्को व्यक्ति प्रभावित परेर पनि हुन सक्छ । देखासिकी गरेको दानको कुनै अर्थ छैन । समाजको साझा कोष हुन्छ, त्यसैले साझा कोषमा व्यक्तिको लोभ कम हुन्छ । दोस्रो, यो गरीब दुःखी र कमजोर वर्ग कै लागि उठाइएको रकम हुँदा संस्थाले दान दिने क्रममा दानी बल स्वतः बढ्छ ।

७.४ दानका फाइदाहरू

दान दिँदा कुनै फलको आशा गर्नु हुँदैन न त कुनै कामना गर्नु नै हुन्छ । तपाईंले कुनै विरुवा रोप्नु भयो भने यसले केही समय पछाडि फल प्रदान गर्छ नै । तपाईले आशा गरे पनि फल दिन्छ, आशै नगरे पनि फल दिन्छ । फलको आशा सहित विरुवा रोप्नु भो तर फल फलेको समयमा असिनाले फल सबै झारी दियो भने तपाई निराश हुनुहुन्छ तर आशा नगरी विरुवा रोप्नु भो भने फल असिनाले लगे पनि तपाई निराश हुनुहुन्न । त्यसैले विरुवा रोप्दा फलको आशा नगर्नु भनेको हो । फलको आशाले आध्यात्मिक बललाई कमजोर बनाउँछ । यसलाई परमेश्वरलाई चढाउनुहोस् वहाँले तपाईलाई ढिलो वा छिटो फलको पुर्नवितरण गर्नुहुन्छ । यसबाट फल मात्र नभएर आध्यात्मिक लाभांश (वोनस) समेत प्राप्त हुन्छ । हामी जति परोपकारी संस्थालाई दिन्छौं त्यति नै मात्र

नभएर त्यसको आकर्षक आध्यात्मिक व्याज सहित आध्यात्मिक लाभ प्राप्त हुन्छ । यसलाई पैसामा मापन गरियो भने गल्ति हुनेछ ।

> "दिनु भयो भने पाउनुहुन्छ नै ! तपाईले जति दिनु भएको छ त्यो भन्दा बढी परमेश्वरले तपाईलाई उपहार दिनुहुनेछ ।" (लुका, ६:३८)

तर तपाईंले यसलाई व्यापारको रूपमा लिनुभयो भने ठूलो भूल हुनेछ । उपहार भौतिक वस्तु पनि हुन सक्छ वा आध्यात्मिक ज्ञान, प्रज्ञा वा आध्यात्मिक ऊर्जा पनि हुन सक्छ । तर फलको आशा गरेर दान गर्नुभयो भने महाभूल हुन जानेछ । सनातान धर्ममा फलको आशा नगरी गरेको कर्म वा निष्काम कर्म दानबाटै बढ्छ । कर्मयोगले निष्काम कर्म गर्न सिकाउँछ । यो सांख्या होइन तर यसले ज्ञान प्राप्त गर्ने कामको जग बसाल्छ । आध्यात्मिक प्रतिफल पाउन चाँहि फल परमात्मा वा भगवानलाई चढाउनु पर्छ । यस्तो प्रतिफल चाँहिँ यो लोक र परलोकमा शान्ति र आनन्द प्राप्त हुन्छ । त्यस्तो वस्तु र सेवा परमेश्वरलाई चढाउनु पर्छ । त्यसैलाई निष्काम कर्म भन्दछौं (प्रमुपाद, १९७२) । कूल लोभ चाँहि समाजिक दानमा लागू हुँदैन किनकि त्यस्तो कोषमा उसको मात्र नभएर अरू धेरैको योगदान परेको हुन्छ । कुनै परोपकारी संस्थाले धेरै दान दिन्छ तर अरूले थोरै । यो आस्थाद्वारा निर्देशित हुन्छ । इस्लाम धर्ममा प्रत्येक मुसलमान ले २.५% आय जकातको रूपमा दान दिनै पर्छ । सनातन धर्ममा र इसाई धर्ममा दसाँश वा विसाँश दान दिनु पर्ने नियम छ तर कतिले यस्तो नियमलाई पालना गरेका छन् त्यसमा प्रश्न चिह्न नै खडा हुन्छ ।

भौतिक धन सम्पत्ति र लोभ बीच धनात्मक सम्बन्ध छ लोभ कै कारण भौतिक धन सम्पत्ति जोडिन्छ । लोभ नभएको भए सायदै मानिसले धन सम्पत्ति जोड्थे होलान । त्यसैले जति जति लोभ बढ्यो त्यति नै धन जम्मा हुँदै जान्छ । जति जति धन सम्पत्ति बढ्यो त्यति नै लोभ पनि बढ्दै जान्छ । धेरै व्यक्तिहरूको व्यवहारको अध्ययन पछि यो निष्कर्ष निकालियो कि धनी मानिसहरू बढी लोभी हुन्छन् । लोभलाई घटाउनका लागि ध्यान, दान, ज्ञान जरुरी हुन्छन् । धार्मिक प्रवचनहरू सुनेर पनि लोभ कम हुन्छ, धर्मशास्त्रको अध्ययनबाट पनि लोभ घट्छ ।

मेरो, विचारमा लोभ भौतिक संसारको प्रभावबाट र अज्ञानताबाटै बढ्छ । छोटकरीमा भन्दा लोभ भौतिक वस्तुबाट टाडा रहेर र आध्यात्मिकसँग नजिकीएर कम गर्न सकिन्छ । भौतिक धन सम्पत्ति जसलाई हामी यो मेरो जग्गा, यो मेरो घर, यी मेरा गाईवस्तुहरू भन्दछौं । वास्तवमा यी कुनै पनि मेरा वस्तुहरू होइनन् । जे तपाई सँग विद्यमान छ त्यो सबै परमेश्वरका हुन् । यो बह्माण्ड नै परमेश्वरको हो । वहाँको सिर्जना हो । "यो संसार र यसमा रहेका सबै चीजहरू परमेश्वर कै हुन्" (भजन, स्त्रोत, २४ :१, बाइबल) । हरेक व्यक्तिले यो कुरा बिर्सन्छ र यो सम्पत्ति मेरो हो भन्छ, त्यसैले लोभ बढ्दै जान्छ । व्यक्तिले जब जब यो धन सम्पत्ति मेरो होइन भन्छ तब लोभ आफै घटछ ।

मानिसको धनको चाहना, यौनका चाहना र सुवासको चाहना सन्तुष्ट गर्नकै लागि लोभी बल पलाउँछ (कृष्णानन्द, मिति नखुलेको) यी तीनवटा चाहना (कन्चना, कामिनी र कीर्ति) तीनवटा 'क' ज्ञानका शत्रुहरू हुन् । धनको (सुनको) चाहना घटाउन सजिलो छ तर यौन र कीर्तिको चाहना घटाउन ज्यादै कठीन छ । यिनीहरू मानव हृदयभित्र जरा गाडेर बसेका हुन्छन्, त्यसैले यिनीहरूलाई उखेल्न कठीन हुन्छ । धनी र बौद्धिक व्यक्तिहरूमा नाम र कीर्तिमा लत बसेको हुन्छ । मेरो नाम र सुवास फैलियोस भन्ने चाहना हुन्छ, तिनीहरूले आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञालाई सीमित बनाइदिन्छ । स्वामी कृष्णानन्दले यिनै सम्बन्धहरूको अध्ययन गरी लोभ र दानको उल्टो सम्बन्ध बताउनु भएको छ । लोभ यस्तो भित्री आगो हो जसले प्रज्ञालाई डढाउँछ ।

परोपकारको भावनाभित्रैबाट पलाउँछ । यो आध्यात्मिक र सामाजिक ज्ञान र अभ्यासले फक्रदै जान्छ । आध्यात्मिक क्रियाकलापहरूद्वारा दानको प्रवर्धन हुन्छ । कर्मकाण्डबाट सीमित मात्रमा दानको प्रवर्धन हुन्छ । हालसम्म कर्मकाण्डी बल र आध्यात्मिक बलको दानसँग कस्तो सम्बन्ध छ भनेर अध्ययन गर्ने मोडेल बनाएको भेट्न सकिएन । ध्यान र अरू मन एकत्रित गर्ने साधनाबाट धेरै आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त गर्न सकिन्छ । धार्मिक पुस्तकहरूबाट मात्र प्राप्त ज्ञानलाई साधना गर्नु राम्रो । बुद्धधर्मानुसार साधना विनाको ज्ञान उपयोगी हुँदैन । इस्लाम धर्ममा पनि धन अल्लाहको हो । हामी त वहाँको धनको रेखदेख

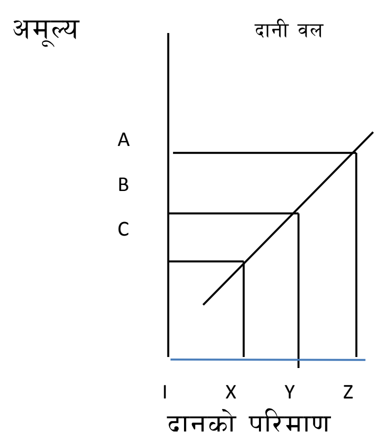
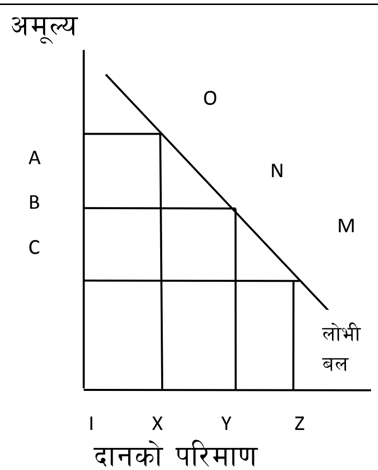
गर्ने गोठाला मात्र हौ । त्यसैले त्यो ज्ञान बुझाउन कै लागि सबै मुसलमानलाई जकात अनिवार्य गराईएको हो । इसाई धर्ममा पनि परमेश्वरको नासो वहाँका भाइलाई दिएर पवित्र बाटो लाग्नुहोस् भन्ने सन्देश दिइएको छ । यो मेरो धन होइन भन्ने अवधारणाले व्यक्तिको हृदय र मनलाई शुद्धीकरण गर्छ । दानको अभ्यास अथवा साधना बुद्धधर्मको प्रारम्भिक चरणको तर नभई नहुने साधना हो । यस्तो अभ्यासले राम्रो कर्मतर्फ लगाउँछ । यही साधनासँगै ध्यान र ज्ञानको अन्तरदृष्टि, नैतिकता र निर्वाण अर्थात् मुक्तिको अवस्थासम्म पुऱ्याउँछ (जुटला १९९५) । जसले वेदान्त साथसाथै दानको साधना गर्छ र चाहनालाई त्याग गर्छ भने जन्म मृत्युबाट उ मुक्त हुन्छ । यसको अर्थ न उ जन्म हुँदा खुशी हुन्छ न त मृत्यु हुँदा दुःख नै ।

७.५ दानका निर्धारकहरू

परोपकारी भावनाको वृद्धि भक्ति वा ध्यानको वृद्धि सँगसँगै हुन्छ । चित्र 15 A ले यी दुई बीचको सम्बन्ध देखाउँछ । जब व्यक्ति परमेश्वरको नजिक पुग्छ उसले बुझ्छ कि जुन धन व्यक्तिले भोग चलन गरेर आएको छ त्यो परमेश्वरद्वारा प्रदान गरिएको हो । उसले बुझ्छ कि यो धन परमेश्वरले रेखदेख गर्न मात्र दिनु भएको हो । स्रोत र साधन परमेश्वरले जीवित प्राणीलाई बचाउनका लागि प्रदान गर्नु भएको हो । यो बचत गर्न दिनु भएको हैन । तसर्थ धन तथा आय जोसँग छ त्यो अस्थायी हो । अस्थायी रूपमा भोग चलन गरी खानु भनी भगवानले भोग वन्धकीको रूपमा हामीलाई दिनु भएको नासो मात्र हो । अन्तिम मालिक भनेको परमेश्वर नै हुनुहुन्छ । मृत्युको समयमा कसैले पनि भौतिक धन लान सक्दैनन् । कसैले दान दिए पनि नदिए पनि मृत्युको बेला छोडेरै जानुपर्छ । यस्तो ज्ञानले धेरै दान दिन सहयोग पुऱ्याउँछ । दानी वा परोपकारी बल, ध्यानको समय वा भक्तिको समयको वृद्धि सँगसँगै बढ्छ ।

चित्र 15 A, जब आध्यात्मिक बिन्दु 'C' मा निर्धारण भयो भने यसले 'X' परिमाणको दान दिन्छ । भगवान प्रतिको भक्तिको समय र ध्यानको समय बढ्दै आध्यात्मिक 'C' बाट B मा बढ्यो जसको कारण

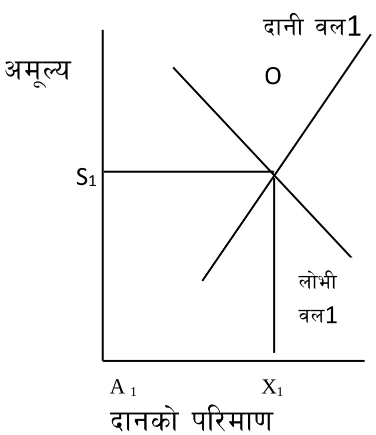
दानको परिमाण पनि 'X' बाट 'Y' बिन्दूसम्म वृद्धि भयो । जब ध्यान वा भक्ति वृद्धि 'B' बिन्दूबाट 'A' बिन्दूमा बढ्छ दानको परिमाण पनि 'Y' बाट 'Z' बिन्दुमा बढ्छ । ध्यान, योग, त्याग, प्रार्थना, साथै प्रवचन सुनेर पनि आध्यात्मिकतामा र दानको परिमाणमा बढोत्तरी भयो र दानको परिमाण बढेर 'Z' बिन्दुसम्म पुग्यो । त्यसैले परोपकारी भावना र दानको धनात्मक वा सकारात्मक सम्बन्ध छ ।

चित्र 15A: परोपकार र दानको सम्बन्ध	चित्र 15 B: दानका र लोभीको सम्बन्ध
	

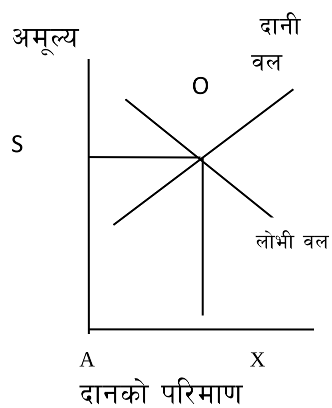
तर लोभीबल र दानको परिमाण बीच विपरीत वा उल्टो सम्बन्ध छ । दानको परिमाण 'Z' बिन्दुमा हुँदा लोभीबल 'C' मा थियो भने भौतिक वस्तु र सेवाको प्रभावले लोभ वृद्धि भयो जसको कारण दानको परिमाण 'Z' बाट घटेर 'Y' बिन्दुमा आइपुग्यो । लोभ 'B' बाट बढेर 'A' मा आइपुग्दा दानको परिमाण 'Y' बाट घटेर 'X' बिन्दुमा आइपुग्यो । त्यसैले दान र लोभको विपरीत वा उल्टो सम्बन्ध छ । जब लोभ बढ्छ दानको परिमाण र गुणस्तर दुवैमा ह्रास आउँछ । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा दानको परिमाणभन्दा पनि गुणस्तरले महत्व राख्छ । लोभपूर्वक कसैले दान दियो भने यसले चित्त र हृदयलाई शुद्धीकरण गर्न सक्दैन ।

त्यसैले यस्तो अवस्थामा दानको बल सीमित हुन पुग्छ । दान जकातको लागि मात्र होइन । चित्त र हृदय शुद्ध गराउन पनि मानव हृदयमा लोभ हटाउन अत्यावश्यक छ । परमेश्वरको नजिक पुग्न हृदय र मन निर्मल हुन आवश्यक छ। इस्लाम धर्ममा उल्लेख गरेअनुसार जो व्यक्तिले आत्मालाई शुद्धीकरण गर्छ उसले सफलता प्राप्त गर्छ। जसले आत्मालाई फोहर बनाउँछ वा भ्रष्ट बनाउँछ उसले सफलता प्राप्त गर्न सक्दैन (कुरान ९१:९-१०) । आफ्नो धनलाई परोपकारी संस्थामा दान दिएर व्यक्तिले हृदय र चित्तलाई शुद्ध बनाउन सक्छन् । लोभ बढेर आध्यात्मिक सीमा रेखाभन्दा माथि पुग्यो भने मानिसको ध्यान केन्द्रित हुनसक्दैन ।

चित्र 16A: दानका बलहरु



चित्र 16B: दानका बलहरु



दानीबलले धेरै दिन कोशिस गर्छ तर लोभी बलले दानको परिमाण घटाउन जोड गर्छ। यी दुवै बलले एक अर्कालाई ढकल्ने काम गर्छन् वा अर्को बललाई घटाउन कोशिस गर्छन् । यी दुई बलबीच

सन्तुलन O बिन्दुमा हुन पुग्छ र 'X' परिमाणको दान निश्चित गर्छ (चित्र 16B) र S आध्यात्मिक मूल्य निर्धारण गर्छ ।

आध्यात्मिक वा कर्मकाण्ड सम्बन्धित धार्मिक पुस्तकको अध्ययन र अध्यापनबाट मानव हृदय कमलो हुनु पुग्छ र परोपकारी भावना बढ्छ र दानको परिमाण बढ्छ । आध्यात्मिक साहित्य, पढेर तथा धार्मिक कथाहरूको श्रवणबाट दानीबललाई बढाउन सहयोग पुऱ्याउँछ । ध्यान तथा योगले पनि दानीबललाई सहयोग पुऱ्याउँछ । चित्र 16A र 16B दानको परिमाण X बाट X_1 मा बढेको देखाएको छ । यो बढोत्तरी दानीबलमा आएको परिवर्तन कै कारणले हो । दानको परिमाण बढे पनि आध्यात्मिक मूल्यमा थोरै मात्र परिवतन आएको देखिन गएको छ ।

अर्को तर्फ ध्यान र योगले मानिसको हृदयमा परोपकारी वा दानी भावनालाई बढाउँछन् । आध्यात्मिक साहित्य जस्तो धम्मपद, कुरान, बाइबल, भगवत गीता र उपनिषदको अध्ययन अध्यापनबाट पनि मानिसको हृदयमा परोपकारी भावनाको वृद्धि हुन्छ । यी साहित्यका केही भाग कर्मकाण्डसँग सम्बन्धित भए पनि यसले, आध्यात्मिक विकासको लागि जग निर्माण गर्छन् । पूर्व जन्मबाटै व्यक्तिले केही गुणहरू लिएर आएको हुन्छ, त्यसैले जन्मदेखि नै कोही व्यक्ति लोभी र कोही दानी स्वभाव लिएर आउँछन् । लोभी व्यक्तिले आध्यात्मिक साधनाद्वारा लोभ घटाउनुपर्छ ।

दानको परिमाणमा बढोत्तरी भए पनि आध्यात्मिक मूल्य स्थीर हुन पुग्छ (चित्र 16 A) । आध्यात्मिक जीवन दानी हृदयविना सम्भव हुँदैन । बुद्धधर्ममा करुणाको ठूलो भूमिका छ । परोपकारी भावनाको प्रवर्धन बुद्धधर्मको साधनाबाट हुन्छ,अभ्यासबाटै संभव हुन्छ । उपासक, उपसिका, बुद्ध भिक्षु भिक्षूणीहरू केही दिन वा महिनौ सम्म दानबाटै बाच्नुपर्छ भिक्षादान संकलन गर्नुपर्छ नियमित ध्यान गर्नुपर्छ, नियमित अध्ययन गर्नुपर्छ । जति पनि भिक्षादानबाट संकलन हुन्छ त्यो सबै संघको हुन्छ । त्यसमा व्यक्तिको कुनै अधिकार रहँदैन (वोधी, १९९५) । दानले आफूभित्र प्रचुर मात्रामा स्रोत र साधन भएको अनुभूति गराउँछ र यसले सन्तुष्ट प्रदान गर्दछ । धेरै मानिसहरू भन्छन् मलाइ दान दिने चाहना

छ तर पैसै वा दान दिन वस्तु नै छैन, तर यो गलत अवधारणा हो । केही नभए खुशी अनुहार र हाँसो त दिन सकिन्छ । दानले हामीभित्र प्रचुर मात्रामा धन सम्पत्ति छ भन्ने अनुभूति दिन्छ । भिक्षू भिक्षणीहरू वर्षौसम्म दानबाटै बाँचिरहेका हुन्छन् । उनीहरूको आफ्नो भन्ने केही पनि हुँदैन तर पनि उनीहरू सन्तुष्ट छन् भने मसँग त यति त छ भन्ने भावनाको विकास हुन्छ । उच्च सम्मान सहितको सानो रकमको दानले आध्यात्मिक बललाई माथि पुऱ्याउँछ । अथवा आध्यात्मिक मूल्यमा ठूलो परिवर्तन आउँछ । दान उब्रिएको आय अरूलाई दिने माध्यम होइन । अभावका बीच आफ्नो अंश कटाएर दिइने आध्यात्मिक अभ्यास हो ।

माथि व्याख्या गरेअनुसार परोपकारीलाई संस्थालाई दिइएको दान, जाटक, सदाक जे छ यसले आफ्नो हृदयलाई शुद्धीकरण वा पवित्रीकरण गर्ने मौका प्रदान गर्दछ । यसले आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन र प्रवर्धन गर्दछ । यो विहानको शारीरिक अभ्यास, नित्य पूजापाठ जस्तै नियमित कर्म हो । व्यक्तिले आफ्नो क्षमताको आधारमा दान दिन्छन् माथि व्याख्या गरे जस्तै यसले आफूसँग प्रशस्त भएको अनुभूति दिन्छ । यसले मनलाई आत्मासँग जोड्छ र अन्त्यमा परमात्मासँग पनि जोड्छ त्यसैले दानले अप्रत्यक्ष रूपमा आत्मा र मनलाई जोड्ने सेतुको काम समेत गर्दछ । त्यसैको परिमाण स्वरूप परोपकारी भावनाको थप विकास हुनु पुग्छ, जसले मोक्ष्य वा निर्वाणसम्म पथप्रदर्शन गरी रहेको हुन्छ । त्यसैले कति रकम दान दियो भन्दा पनि कति श्रद्धापूर्वक दियो वा कति आध्यात्मिक मूल्य बराबरको दान दियो त्यो महत्वपूर्ण हुन्छ । तालिका 4A र 4B ले यो देखाउँछ कि एउटी गरीब विधवाले दिएको USD १०.०० बराबर गरेको दानको आध्यात्मिक मूल्य एक जना अरखपतिले दिएको USD १०,०००.०० भन्दा बढी हुन्छ । त्यसैले दानको परिमाणभन्दा श्रद्धा र भक्ति महत्वपूर्ण हुन्छ ।

तलको तालिकामा दिइएको उदाहरणले यो देखाएको छ कि गरीब विधवा दिएको USD १०.०० को आध्यात्मिक मूल्य एकजना अरबपतिले दिएको USD १०,०००.०० भन्दा बढी छ । किनकि अरबपतिसँग थोरै मात्र भक्ति छ, थोरै मात्र भिक्षू भिक्षूणीप्रति सम्मान

वा श्रद्धा छ जबकि गरीब विधवासँग अथाह भक्ति छ र असीम सम्मान छ । वहाँ अध्यात्ममा चुर्लुम्म डुवेकी महिला हुनुहुन्छ ।

तालिका 4A: बिधवाबाट दिइएको दानका	तलिका 4B: धनी व्यक्तिबाट दिइएको दानको
अ- मूल्य (Svalue)=a+bx S= कूल आध्यात्मिक मूल्य (अ-) a= intercept value b=slope(भक्तिको डिग्री) X= predictor value बिधवाबाट दिइएको दान = USD 10 भक्तिको डिग्री = 0.999 (उच्चतम् डिग्री) अ- = 1+ 10*.9 अ- =1+ 9 कूल आध्यात्मिक मूल्य =10	अ- मूल्य (Svalue)=a+bx S= कूल आध्यात्मिक मूल्य (अ-) a= intercept value b=slope(भक्तिको डिग्री) X= predictor value धनी व्यक्तिबाट दिइएको दान = USD 10000 भक्तिको डिग्री =0.0008 (न्यूनतम् डिग्री) अ- =1+ 10000* 0.0008 अ- = 1+8 कूल आध्यात्मिक मूल्य =9. 00

यी दुई उदाहरण यहाँ प्रस्तुत गर्नुको अभिप्राय दान दिँदा श्रद्धा वा सम्मानपूर्वक दिनुपर्छ भन्ने नै हो । दानको ठूलो परिमाणले भन्दा ठूलो सम्मानपूर्वक भिक्षू भिक्षणीलाई दान दिँदा व्यक्तिको हृदयलाई शुद्धिकरण गर्न बल मिल्छ । यहाँ मेरो अभिप्राय ठूलो रकमको दानलाई हतोत्साहित गर्नु होइन वरु श्रद्धापूर्वक वा सम्मानपूर्वक दान दिने बानी बसाल्नु हो । अर्को अर्थमा आफ्नो हृदयलाई शुद्धीकरण गर्नु र दान पाउने व्यक्तिको पनि हृदयमा खुशीको संचार गराउनु हो ।

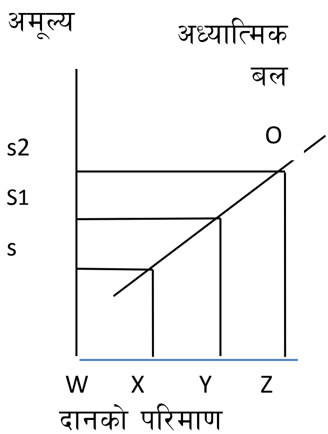
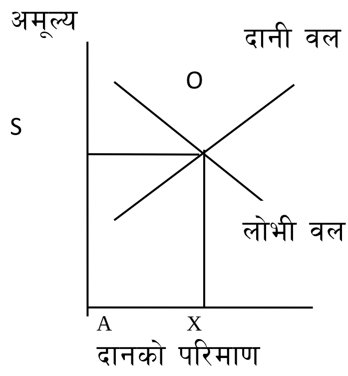
भिक्षादान, दान, जकात वा योगदानलाई आध्यात्मिक मूल्यमा नाप्दा फरक फरक वस्तुहरू भएको बोध हुन्छ । सबै आस्थामा आध्यात्मिक मूल्य भौतिक वा मौद्रिक भन्दा बढी हुन्छ। माथ्युले उल्लेख गरेअनुसार येसु ख्रिष्टले एकजना गरीब विधवाले दिएको २ वटा सिक्का अरबपतिले दिएको भन्दा बढी मूल्यवान छ भन्नु भएको छ (मार्क, १२-१४, बाइबल) । कथामा भनिए जस्तै विधवाले मौद्रिक मूल्यमा कम

रकम मात्र कोषमा जम्मा गर्नु भएकोथियो तर उहाँको येसु ख्रिष्टप्रति अथाह भक्ति थियो तर अरबपति धनी व्यक्तिले ठूलो रासीको रकम कोषमा जम्मा गर्नु भएकोथियो तर वहाँसँग येसु ख्रिष्टप्रति थोरै मात्र भक्ति थियो वा परमेश्वरप्रति सीमित भक्ति थियो । अझ उसँग परमेश्वरबाट अझ बढी धन प्राप्त गर्ने आर्शिवाद पाउने आशाले उसले दान गरेको थियो । जबकि गरीब विधवासँग कुनै कामना थिएन । गरीब विधवाले भोको पेट राखी दान दिनु भएकोथियो । त्यसैले येसु खुशी हुनु भएको हो । अरबपतिले चाँहिँ खर्च गरेर बाँकी रहेको रकमको केही अंश दान दिएको थियो । विधवासँग कुनै कामना थिएन तर अरबपतिसँग चाँहिँ अझ बढी धन कमाएर खरबपति हुने कामना थियो । अरबपतिमा धनको कीर्ति अरूलाई पनि प्रचारप्रसार गर्ने अभिप्राय थियो वा विज्ञापन गर्ने उद्देश्य थियो । तसर्थ दान पनि उनीहरूको आँखामा लगानि नै हो । जो थोरै लगानिबाट धेरै फाइदा हुने व्यापार नै हो । त्यसले न हृदय शुद्धिकरण गर्छ न त आध्यात्मिक मूल्य नै दिन्छ । श्रद्धापूर्वक सानो रकमको दान साधु सन्तलाई प्रदान गरेमा यसले आध्यात्मिक मूल्यमा ठूलो फरक पार्न सक्छ । उनको दान देखाउनका लागि थियो । तर गरीब विधवाले गोप्य रूपमा दान दिनु भयो । उनको न त कीर्ति फैलाउने अभिप्राय छ न कुनै धेरै धन कमाउन पाऊ भनी परमेश्वरको आर्शिवाद लिन चाहान्छिन् ।

त्यसैगरी बुद्धधर्ममा पनि दान प्राप्त गर्ने भिक्षू भिक्षूणीप्रतिको सम्मानले आध्यात्मिक मूल्यमा फरक पर्छ । ईस्लाम धर्ममा त्यही कुरा उल्लेख छ । परमेश्वर वा साधु, सन्त, भिक्षू, भिक्षूणीलाई दिइएको सम्मानलाई माप गर्न कठीन छ ।

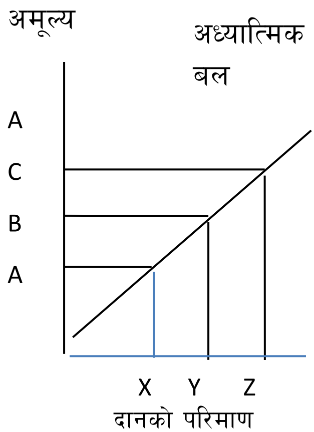
चित्र 17 A ले आध्यात्मिक बल र दानको बीच धनात्मक सम्बन्ध देखाउँछ, दानको मात्रा र गुण स्तर बढ्यो भने पनि दानको परिमाण, गुणस्तर र आध्यात्मिक अमूल्य पनि बढ्छ, त्यस्तै आध्यात्मिक बल बढ्यो भने पनि दानको परिमाण र गुण स्तरमा बढोत्तरी हुन्छ । आध्यात्मिक बल वा ऊर्जाले मानव हृदय र मनलाई शुद्ध बनाई दिन्छ र मनमा शान्तिको विजारोपण गरिदिन्छ (चित्र 17 B) । यसले देखाउँछ कि दानी र लोभी बलले दानको परिमाणलाई निर्धारण गर्दछ । यी दुवै बल 'O'

बिन्दुमा एक अर्कामा काटिन पुग्छन् र 'Z' दानको परिणाम र 'S' आध्यात्मिक मूल्य तय गर्छन् ।

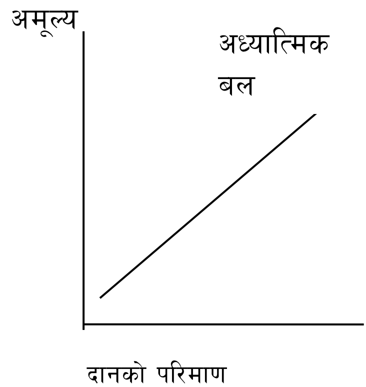
चित्र 17A: आध्यात्मिक बल र दान बीचको सम्बन्ध	चित्र 17B: दानका बलहरु
	

कसैसँग राम्रो कमाई भए पनि परोपकारी संस्थालाई थोरै मात्र दान दिन्छन् किनकि उभित्र लोभी बल धेरै बलवान हुन्छ । त्यस्तै कतिसँग थोरै आय भए पनि परोपकारी संस्था वा व्यक्तिलाई बढी रकम दान दिन्छन् किनकि उनीहरूमा दानीबल ज्यादै बलियो हुन्छ । मुसलमानहरू यो विश्वास गर्नुहुन्छ कि दानले अल्लाहलाई खुशी बनाउँछ, त्यसको नतिजा दाताको हृदय शुद्ध हुन्छ (कुरान, २२:३१) । उनीहरूमा यो विश्वास छ कि जति बढी अल्लाहप्रति भक्ति गरियो त्यति नै बढी प्रतिशतमा जकात दिन मन लाग्छ ।

चित्र 18A: अध्यात्म र दान बीचको सम्बन्ध



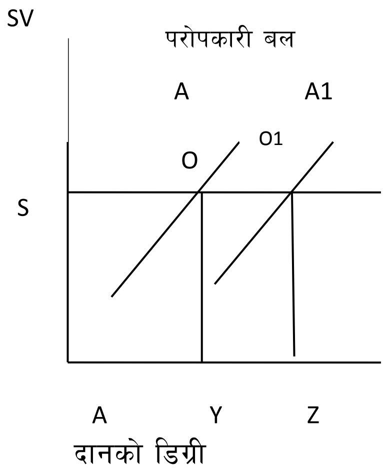
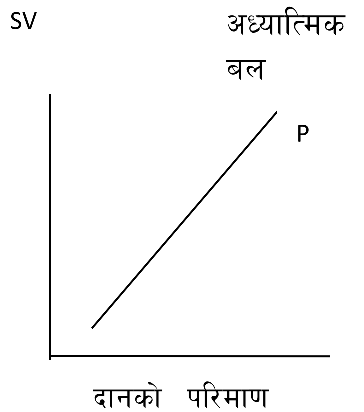
चित्र 18B. अध्यात्म र दान बीचको सम्बन्ध



दान निरन्तर हुने अभ्यास वा साधना हो, त्यसैले कुनै खास बिन्दुमा नपुगेसम्म यसको रेखा परिवर्तन हुँदैन । यदि लोभलाई यो मनबाट निकाल्न सकियो भने यो आध्यात्मिक बल सिधै दायाँतिर बढ्छ किनकि यसले हृदय र मनलाई निर्मलीकरण गरिदिन्छ । यसलाई संख्याभन्दा पनि क्रमबद्ध (Ordinal scale) मा माप गर्न सकिन्छ। यसलाई मापन गर्ने कुनै गज छैन। तर दाताहरूको व्यवहारबाट यस्ता कुराहरूको मापन गर्न सक्छौं । वास्तवमा दाता आफैंले आफ्नो हृदयमा आएको परिवर्तन मापन गर्न सक्छन् । आध्यात्मिक शक्ति दाता र प्रापकको गुणस्तरका आधारमा फरक फरक हुन्छ। बूढा भिक्षू/भिक्षूणी, रोगी र अपाङ्गले दान प्राप्त गरेमा आध्यात्मिक शक्ति अझ बलियो हुन्छ। यसले मनलाई र हृदयलाई धुन्छ। प्रापकलाई सम्मान पूर्वक र श्रद्धापूर्वक दान दिइयो भने यो शक्ति झनै बलियो हुँदै जान्छ ।

यसले लोभलाई हटाउँछ त्यसो हुँदा दान अनन्त हुन पुग्छ चित्र 19A मा जसरी आध्यात्मिकता A बाट A_1 बिन्दुमा बढ्यो तर (२ शक्तिको

कारण) परोपकारी रेखा थोरै मात्र परिवर्तन आयो अथवा कुनै परिवर्तन नै भएन । यसो हुँदा दानको डिग्री 'Y' बिन्दुबाट 'Z' बिन्दुमा बढ्यो ।

चित्र 19A Figure 19A: दान र परोपकार बीचको सम्बन्ध.	चित्र 19B: आध्यात्मिक र दान बीचको सम्बन्ध.
	

७.६ बढी प्राप्त गर्न दान

आधुनिक अर्थशास्त्रले धेरै धन र सम्पत्ति र पैसा जम्मा गर्न सिकाउँछ । त्यसैले विश्वास के छ भने जति हामी अरूलाई दिन्छौं त्यति नै गरीब हुँदै जान्छौं । तर सत्य त्यसको ठीक विपरीत छ । अहिलेसम्म दिएर कोही पनि गरीब भएको छैन । न त मागेर कोही धनी नै भएको छ । जसले अरूलाई दिन्छ परमेश्वर वा परमात्माले उसलाई अझ बढी दिनुहुन्छ । हामी यो पृथ्वीमा वहाँकै धनको हेरचाह र रक्षा गर्न आएका हौं । हामी सँग जे जति छ त्यो हाम्रो होइन । यो सबै परमेश्वरको हो । गरीब, दुःखी, विधवा, टुहुरा, अपाङ्ग, समाजको कमजोर वर्गमा वहाँको धन, स्रोत, साधन पुग्यो भने वहाँ अति नै खुशी हुनुहुन्छ ।

अरूलाई दिएको श्रमदान वा दानले हाम्रो आफ्नै जीवनमा धेरै कुराको परिपूर्ति गरिदिन्छ । धनको, शक्तिको र सम्पत्तिको आडम्बरलाई यसले घटाउँछ । यसले मनमा रहेको अहम्पनलाई हटाउँछ । येसुले भन्नुहुन्छ तपाईंले जति दिनुहुन्छ त्योभन्दा बढी पाउनुहुन्छ । तर बुझ्नु के जरुरी छ भने यो दान व्यापार होइन । यो किताबको मक्सद पनि त्यो होइन, आशा नगरे पनि दानबाट फाइदा हुन्छ नै ।पाउने आशै नगरे पनि परमेश्वरले तपाईंलाई बढी नै दिनुहुन्छ तसर्थ फलको आशा वा नतिजाको आश नगरीकन दान दिनुपर्छ ।

दिनु होस्, तपाईलाई पनि कसैले दिनेछ, असल मापमा तपाईंले जति दिनु भएको छ सो र पूर्ण भई पोखिएको समेत हल्लाएर तपाईंको काखमा खन्याईं दिनु हुनेछ । तपाईंले जुन माप प्रयोग गर्नुहुन्छ, त्यसै मापले तपाईलाई पुनः माप गर्नेछ । (लुका ६:३८)

पाउने आशामा दान दिनुभयो भने त्यो दानको शक्ति कम हुन्छ । त्यसैले दानदिदा आश गर्नुहुन्न । यदि तपाईंले परोपकारी संस्थालाई दान दिनु भएको छ भने परमेश्वरले तपाईंलाई पुरस्कार दिनुहुनेछ । तपाई पनि दान गर्ने मौका पाउँदा खुशी हुनुहुनेछ । तपाईंसँग धन छ, आय छ त्यसैले दान गर्न सक्नुहुन्छ । जुन धन र आय तपाईंले प्राप्त गर्नुभएको छ त्यो अप्रत्यक्ष रूपमा परमेश्वरले नै प्रदान गर्नु भएको हो । त्यसैकारण परमेश्वरले तपाईलाई दान दिने मौका दिनु भएको छ । त्यस्तो मौका नचुकाउनुहोस् । सनातन धर्मअनुसार परोपकारी संस्थामा दान, चन्दा दिनु भनेको पैसा आध्यात्मिक बचत खातामा जम्मा गर्नु जस्तै हो, जुन तपाईंले अर्को जुनीमा प्रयोग गर्न पाउनुहुन्छ । दखिन अभिभाग सुत्त (बुद्धधर्म) अनुसार तपाईले जनावरलाई दिनु भयो भने सय गुणा बढी पुरस्कार पाउनुहुन्छ । कुनै दुःख पाएको व्यक्ति वा गरीवलाई दिनु भयो भने हजार गुणा पुरस्कार पाउनुहुन्छ । प्राज्ञ वा विवेकी व्यक्तिलाई दिनु भयो भने हजारौं गुणा पुरस्कार पाउनुहुन्छ । बुद्धधर्मभन्दा वाहिरका तर इन्द्रिय नियन्त्रण गरेका वा इन्द्रियजन्य खुशीबाट छुटकारा लिएका व्यक्तिलाई उपहार दिनु भयो भने लाखौं गुणा पुरस्कार पाउनहुन्छ । वास्तवमा जति तपाई दिनु हुन्छ त्यति नै बढी तपाईंले वस्तु, पैसा वा प्रज्ञा पाउनुहुन्छ । जहाँ क्रिया हुन्छ त्यहाँ त्यति

नै प्रतिक्रिया हुन्छ विधिको विधान नै यस्तै छ । जति दिनु हुन्छ त्यो भन्दा बढी पाउनुहुन्छ । दानबाट दातालाई निम्न ५ फाइदाहरू हुन्छन, जुन कामना नगरे पनि प्राप्तहुन्छ ।

- धेरै व्यक्तिहरूको माया र प्रेम
- पवित्र सम्बन्ध
- राम्रो मर्यादा
- आत्म विश्वास र
- स्वर्गीय पुर्नजन्म

७.७ दानका तरीकाहरू

सबै आस्थाहरूमा दान गोप्य रूपमा दिनुपर्छ । दानवीरको घमण्ड हुनु हुँदैन । इसाई धर्ममा माथ्युले भन्नुहुन्छ सावधान मानिसहरूको अगाडि तपाईंले परोपकारी संस्थालाई दान नदिनु होस, उनीहरूले देख्ने गरी नदिनु होस्, यसबाट स्वर्गमा बस्नु भएका परिमपिताबाट तपाईलाई पुरस्कार मिल्ने छैन (माथ्यु, ६:१, बाइबल) । सनातन धर्ममा गुप्त दानलाई सात्विक वा असल दान मानिन्छ । प्रचारप्रसार सहित दान दिइयो भने यसले हृदय निर्मलीकरण गर्दैन । इसाई धर्ममा दान दिन सक्ने क्षमतालाई विशेष महत्व दिइएको छ । त्यस्तै बुद्धधर्ममा यदि कसैले पनि हृदयदेखि नै विश्वास गरेर दान दियो भने उसले खुशी प्राप्त गर्छ । यदि थोरै चामल पनि उच्चभक्ति साथ भिक्षू वा अरिहन्तलाई दिनुभयो भने यो लोकभन्दा बाहिर खुब उदार परिवारमा तपाईंको जन्म हुन्छ (वोधी, १९९५) ।

७.८ प्रज्ञाको रूपमा दान

ज्ञान वा प्रज्ञा नै सबै दर्शन र धर्मको केन्द्रबिन्दु हो । सबै धर्ममा ज्ञानको दान सबैभन्दा उत्तम दान मान्छि । उपनिषदका अनुसार ज्ञान नै जीवन हो, ज्ञान नै मानिस हो, ज्ञान नै अस्तित्व हो, तपाई अहिले जे जस्तो हुनुहुन्छ त्यो पनि ज्ञानले नै हो (कृष्णानन्द, मिति नखुलेको) । त्यसैले ज्ञानको दान नै अमूल्य दान हो । शिव पुराणअनुसारः

"अन्न दानम् महादानम् विद्यादानम् महोत्रम" शिवपुराण

अन्नले क्षणिक सन्तुष्टि दिन्छ भने विद्याले सम्पूर्ण जीवनलाई नै सशक्तीकरण गरी दिन्छ । तर ज्यादै भोक लागेको व्यक्तिलाई खान दिनु नै ठूलो दान हो । ज्ञान पैसा नलिईकन दिनु पनि दान कै एउटा प्रकार हो । यसले व्यक्तिको मन मस्तिष्कमा मात्र नभएर समाजकै मस्तिष्कलाई परिवर्तन गरिदिन्छ । शिव पुराणअनुसार हामीले खानाभन्दा पनि खान पाउने तरिका सिकाउनु पर्छ । भनिन्छ "कसैले एउटा माछा दियो भने उसलाई एकछाक खुवाउन सकिन्छ तर माछा मार्ने ज्ञान र सीप दियो भने जीवनभर खुवाउन सकिन्छ ।" ज्ञान तथा प्रविधिलाई यहाँ माछा मार्ने सीप भनेर भनिएको हो यसको अर्थ निर्दोष माछालाई मार्ने सीप भन्न खोजेको कदापी होइन ।

७.९ सन्दर्भसूची

अहमद, एच.एम.जी. (२००५). ईस्लामका आधारहरू, भाग ३, अंग्रेजीमा अनुवादित, क्याडिनका हदरथ मिर्जा गुलामका लेखन, भाषण, उदघोषण र छलफलको उद्धरण, हदरथ मिर्जा मरुरुर अहमद

वोधी, भि.(१९९५). दान, दिने साधना । http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/

डुनकान, एल.(२०१५). अति आवश्यकीय सत्य । इसाइमा दिने साधना http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/various/wheel367.html

जुटला, एस.ई. (१९९५). दिने अभ्यास । http://www.biblestudytools.com/bible-study/topical-studies/christian-giving-11636283.html

लुइटेल, टि.पी. (२०१२). मनुष्मृति नेपालीमा अनुवाद । पैरवी प्रकाशन, नेपाल

प्रभुपाद, एस. (१९७२). भगवत गीता यथारुप, पूर्ण संस्करण, कोलियर म्याकमिलन प्रकाशन, लन्डन ।

शिल्भा, एल.डि. (१९९५). पालीमा दानको नियम । http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/various/wheel367.html

शिवानन्द (१९९४). स्वामी शिवानन्द तब जाग्नु भयो । डिभाइज लाइफ सोसाइटी, भारत ।

.........., दानको अभ्यास ।

.........., जीवित बाइबल (१९७१). टिन्डल हाउस फाउण्डेसन ।

.........., शिव महापुराण ।

अध्याय आठ
दया र क्षमादानको अर्थशास्त्र

"कमजोरले कहिल्यै क्षमादान दिन सक्दैन । क्षमादान शक्तिशाली व्यक्तिको विशेषता हो ।" -गान्धी

८.१ दयाको अर्थ

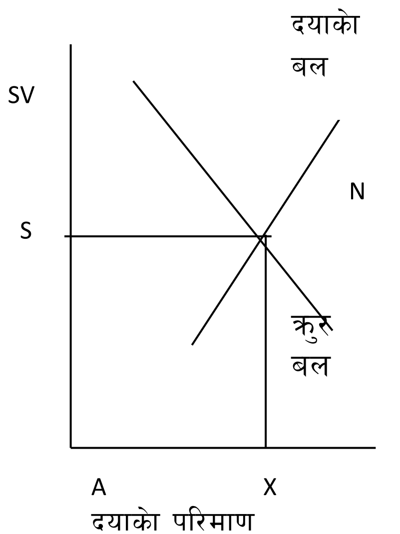
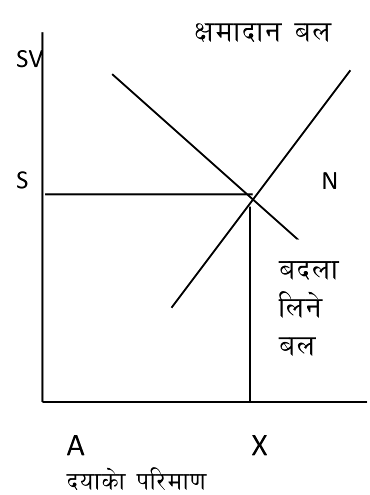
तपाईले कसैलाई क्षमादान दिनु भयो भने परमेश्वरले पनि तपाईंलाई क्षमा दिनुहुन्छ । कुनै व्यक्तिलाई निषेधित कार्य गरे पनि तपाईले क्षमादान दिनु भयो भने स्वर्गका पिताले पनि तपाईलाई क्षमा दिनु हुन्छ तर तपाईंले निषेधित काम गरेकोलाई क्षमादान दिनु भएन भने तपाईंलाई पनि स्वर्गका पिताले क्षमा दिनुहुन्न (माथ्यु ६:१४-१५, बाइबल)। क्षमादानले दुवै पक्षलाई फाइदा पुऱ्याउँछ। क्षमा दिने व्यक्तिले बढी लाभ पाउँछ किनकि उसका गल्तिहरूलाई स्वर्गका पिताबाट क्षमा पाउँछ । अझ बढी त क्षमाले उसका हृदय र मनभित्रका अपवित्रता र फोहरहरूलाई धुन्छ र सफा गरी दिन्छ । यसबाट आध्यात्मिक ऊर्जा प्राप्त हुन्छ, र समाजलाई नै फाइदा पुऱ्याउँछ । यसले दोषीलाई वा अपराधीलाई पनि फाइदा गर्छ किनकि उसले सुध्रने मौका पाउँछ । मैले डाकुहरूका बारेमा सुनेको छु । उनीहरू अरूप्रति ज्यादै क्रुर हुन्छन् तर आफ्ना बच्चाहरूप्रति, गाउँका वृद्ध र गरीबप्रति ज्यादै दयालु हुन्छन् । उनीहरूमा रहेको दयालुपन विस्तार कम हुँदै गयो भने उनीहरूको क्रुरता पनि दयामा परिवर्तन हुन पुग्छ । क्रुरता हृदयमा घट्यो भने दयालुपन बढ्छ । दुवै दया र दयाहीन बलहरू हाम्रो हृदयभित्र हुन्छ्न । दयाहीन वा निर्मम बल घट्यो भने दया वा कृपाको बल स्वतः बढ्छ । धार्मिक वा आध्यात्मिक प्रवचनहरू सुनेर, पढेर पनि दयाहीन (क्रुर) बललाई घटाउन सक्छौं । तसर्थ आध्यात्मिक साधनाबाट नयाँ सन्तुलनको बिन्दु कायम हुनपुग्छ जहाँ धेरै दया र कम दयाहीन (क्रुर)

बलको संयोजन प्राप्त गर्न प्राकृतिक अवस्था, नैतिक अवस्था पार गर्नुपर्छ । दलित अथवा थिचिएका व्यक्तिहरूका लागि शुभकामना वा सहयोगबाट, भोकाएकी विधवालाई खुवाएर, वा रोगीको सेवा गरेर हृदयमा दयाको बललाई अझ बलियो बनाउन सक्नुहुन्छ । क्षमाको साधनाले बदला लिने सोचाईमा परिवर्तन ल्याइदिन्छ। कुनै बेला एउटा व्यक्तिले आफ्ना हातहरू, खुट्टाहरू, टाउटो, हृदय र उसँग भएको धन अप्ठ्यारोमा परको साथीलाई सहयोग गर्न प्रयोग गर्छ भने त्यस कार्यलाई हामी परोपकारी काम भन्छौं (अहमद, २००५) । यी सबै गुण/विशेषतालाई कसैले प्रयोग गर्छ भने त्यसलाई नैतिक गुणहरू भन्दछौं ।

८.२ दयाका बलहरु

क्षमा दिने र बदला लिने दुवै बलहरू हाम्रो हृदयभित्र रहेका हुन्छन्। क्षमादान र बदला लिने बल बीच उल्टो सम्बन्ध हुन्छ। क्षमादान दिने बल बलियो भयो भने यसले बदला लिने बललाई कमजोर बनाउँछ। कुनै व्यक्तिले परमेश्वरप्रति भक्ति गर्न थाल्यो, ध्यान गर्न थाल्यो भने उसमा विस्तारै बदलाको भावना कम हुँदै जान्छ। आध्यात्मिक साधनाले बदलाको भावनालाई धेरै नै कम गरिदिन्छ। परमेश्वरले खटाएको पवित्र कर्म गर्नका लागि हामीलाई यो धर्तिमा पठाइएको हो, कसैलाई दण्ड दिन वा बदला लिन पठाएको होइन। यो बुझ्नासाथ दण्ड दिने भावना वा बदलाको भावना स्वतः हट्न जान्छ । अर्को तर्फ क्षमादानको बल बढ्यो भने परमेश्वरप्रतिको भक्ति पनि बढ्छ । यदि दण्ड दिने कार्य भगवानको हो, हामी मनुष्यको होइन भन्ने बुझ्न सक्यौ भने बदलाको भावना वा रिस आफैं कम हुँदै जान्छ। हामीले अंगुलीमाला जस्तो निर्दयी राक्षस पनि पछि गएर भिक्षू बन्नु भएको सुनेका छौं किनकि वहाँले भगवान बुद्धबाट उपदेश र शिक्षा पाउनु भयो । त्यस्तै रत्नाकार डाकु पनि वाल्मिकी ऋषिमा रूपान्तरण हुनु भयो । त्यसैले भक्ति र ज्ञानकै कारण वहाँ ऋषि बन्न सक्नुभयो । सबै आस्थामा चाहे बुद्ध होस् वा सनातन, चाहे इस्लाम होस् वा इसाई, सबैले ध्यान वा भक्तिलाई महत्व दिएका छन्। यदि हामीले दया वा क्रुर र क्षमादान र बदलाको बललाई बुझ्न सक्यौ भने बदलाको भावना वा क्रुरता आफैं घट्छ । हामीले कसैलाईै क्षमादान दियौं भने त्यति नै वा त्यो भन्दा बढी बल हामीलाई

प्राप्त हुन्छ । त्यसले क्षमादान दिने व्यक्तिले बढी फाइदा पाउँछ । यसले हृदय र मनमा भएका अपवित्रता वा फोहरहरूलाई नष्ट गरी दिन्छ । यसै सन्दर्भमा इस्लामका, बुद्धधर्मका र सनातन धर्मका धर्मदूत वा पैगम्बरहरूले व्याख्या गरेका छन्, की संसारिक वस्तुसँग टाढिएर वा नाता छुटाएर मात्र निर्वाण वा मुक्ति प्राप्त हुन्छ (खान, २००५, वोधी १९९५, तुलशीदास मिति नखुलेको) ।

चित्र 20A: दयाका निर्धारक बलहरु	चित्र 20B: दयाका निर्धारिक बलहरु
	

आध्यात्मिक बल र निर्दयी बल बीच उल्टो सम्बन्ध छ अथवा ऋणात्मक सम्बन्ध छ । यदि हृदयमा निर्दयी बल बढ्यो भने आध्यात्मिक बल कमजोर हुन्छ । दुबै बलहरु हाम्रो हृदयभित्रै छन् ।

आध्यात्मिकबल र दयालुबल बीच सकारात्मक सम्बन्ध छ दयालुबल बढ्यो भने हृदयमा आध्यात्मिक बल पनि बढ्छ । दयालु र

निर्दयीबलको संयोजनले आध्यात्मिक शक्ति निर्धारण गर्छ । दुवै दयालु र निर्दयी बल हाम्रो हृदयमा विद्यमान रहेका हुन्छन् । चित्र 20 A मा दयालु र निर्दयी बल 'N' बिन्दुमा एक अर्कामा काटिन पुग्छन् र हृदयमा 'X' परिमाणमा दया उत्पादन गर्छन् । यसो गर्दा यसले 'S' विन्दूमा आध्यात्मिक मूल्य निर्धारण गर्छन् ।

भगवत गीताले हाम्रो हात, खुट्टा, शरीर र मनलाई जनताको सेवामा लगाउन सिकाएको छ । जसको खट्टा छैन उनीहरूको सहयोगका लागि आफ्नो खुट्टा प्रयोग गर्नुहोस् । जसको बोली आउँदैन उसका लागि तपाईंको बोली खर्च गर्नु होस् । त्यसो गर्नुभयो भने जुन दयालुबल छ त्यसले हृदयभित्रका खिया र फोहरहरूलाई वाहिर निकाल्छ र हृदय शुद्ध पारी दिन्छ । अर्को तर्फ निर्दयीबलले हृदयमा खिया र फोहर उत्पादन गर्छ निर्दयीलाई दयालुबलले ठेल्छ भने दयालुलाई निर्दयीबलले ठेल्छ । जति राम्रो कुरा भए पनि त्यसलाई हामी फोहर प्लेटमा राखेर खान सक्तैनौ । अपवित्र हृदय र मनले परमेश्वरलाई प्राप्त गर्न सकिँदैन । हृदय र मनमा दया र शान्तिको भावना प्रस्फुटन गराउन सफा हृदय र मन हुन अत्यावश्यक छ । आध्यात्मिक ऊर्जाले तपाईलाई परमेश्वरको नजिक तान्छ । तपाई जति परमेश्वरको नजिक जानु हुन्छ वहाँ पनि त्यति नै तपाईंको नजिक आउनुहुन्छ । आधुनिक विज्ञानले शरीरको वाहिर भागको सरसफाई गर्न सिकाएको छ तर शरीरभित्र सफाई गर्न सिकाएको छैन । भित्री सरसफाई खास गरिकन हृदय र मनको सफाई अत्यावश्यक हुन्छ । हामी भौतिक सुन्दरताको खोजी गर्छौं, त्यसको नजिक जान्छौं तर आध्यात्मिक सुन्दरताको विषयमा भने आक्कल झुक्कल मात्र चर्चा गर्छौं । दयालुबलले नै हाम्रो हृदयमा आध्यात्मिक सुन्दरताको विजारोपन गरी दिन्छ । व्यक्तिले यी दुवै दयालु र निर्दयी बलसँग परिचित भएपछि धेरै शंका उपशंकाहरू स्वतः हट्दै जान्छन् । हुन त अध्यात्म शास्त्रअनुसार मस्जिद वा मन्दिर हृदयभित्र नै हुन्छ तर पनि धेरै मानिसहरू मन्दिर अथवा मस्जिदमा जान्छन् जो सँग शुद्ध हृदय र मन छ, वहाँले परमेश्वरबाट उपहार पाउनुहुन्छ जसको हृदय र मनमा अपवित्रा छ, फोहर छ वहाँले परमेश्वरबाट केही उपहार वा पुरस्कार पाउनुहुन्न । किनकि त्यस्ता व्यक्तिको हृदयमा पुरस्कार राख्ने ठाउँ नै हुँदैन ।

अपवित्र, फोहरी हृदय र मन लिएर जो परमेश्वर कहाँ पुग्छन् उनीहरू परमेश्वरको प्रवेशद्वार वा ढोका नदेखीकन वरपर भौंतारिरहेका हुन्छन् । शरीर पनि परमेश्वर वा परमात्मा प्राप्त गर्न नभई नहुने कुरा हो । फोहर शरीर भयो भने परमात्मामा ध्यान केन्द्रित हुँदैन वा विपासना ध्यान गर्न सकिदैन् । त्यस्तो फोहर शरीर र हृदयले भगवान कहां पुग्नसक्दैन । ध्यानमा बस्नै सक्दैन । भगवानप्रति सच्चा प्रेम गर्न सक्दैन । हाम्रो सोचाईले हाम्रो काम काजमा असर पार्छ । त्यस्तै कामकाजले पनि सोचाईमा परिवर्तन ल्याइदिन्छ । त्यसैकारण बुद्धधर्ममा शील र पारमिताले विशेष महत्व राख्छन् । जब हामी भिक्षू भिक्षूणीलाई दान दिन्छौं हाम्रो हृदयभित्र असाध्यै आनन्दको (पमुजा) अनुभूति हुन्छ । मनमा खुशी (पिति) को उदय हुन्छ । यसले दानका प्रापक भन्दा दातालाई फाइदा पुऱ्याउँछ । मनमा दिगो शान्ति र हृदयमा खुशीको वर्षा हुन्छ । येसु ख्रिष्टलाई क्षमादानको प्रतीकको रूपमा चिनिन्छ । वहाँले दया र क्षमादानको विषयमा अरूलाई सिकाउनु भएको छ । आफ्नो भाइ बहिनीहरूले पिटरलाई धेरै पटक चोट पुऱ्याउँछन् तसर्थ वहाँले परमेश्वरलाई सोध्नु भयो कति पटकसम्म त्यस्तो चोट पुऱ्याउने व्यक्तिलाई माफीदिनु - ७ पटकसम्म ? येसु ख्रिष्टले भन्नु भयो ७० गुणा ७ पटक । यसको मतलव हामीले सधैं माफी दिनुपर्छ । सबै धर्मदूत, ऋषि, महर्षीहरूले हामीलाई सिकाउनु भएको छ कि गरीब, रोगी, अपाङ्ग र टुहुराप्रति दयावान वन । इस्लाम धर्ममा एउटा सहि बुखारी सम्बन्धित कथा छ जसमा अल्लाहको दयाशीलताको एउटा महासागर नै छ । अल्लाहले ९९ ज्यानमाराहरूलाई माफी दिनु भएको छ (अदम अल-अकदर,२०१२) । बुद्ध भगवानसम्बन्धी एउटा साझा कथा छ । एउटा रिसाहा व्यक्तिले वुद्धलाई चिमोट्छ । तर वुद्धले वहाँलाई माफी दिनुहुन्छ (केन्जीमहायाँना, २०१३) । क्षमादानको बारेमा सबै आस्थाहरूमा कुनै फरक छैन । सबै आस्थाले माफी दिने कार्यलाई उच्च महत्व दिएका छन् ।

माफी वा क्षमा दिने कार्यको शुरु स-साना गल्तिलाई क्षमा दिनेबाट गर्नु पर्छ । विस्तारै विस्तारै आदतनै बसाउनु पर्छ । पछि गएर गम्भीर अपराधी जस्तो कि ज्यानमारालाई पनि माफी दिन सक्नुपर्छ । यसबाट हाम्रो शरीरले स्वस्थ समाजको सिर्जना गर्न आध्यात्मिक ऊर्जा

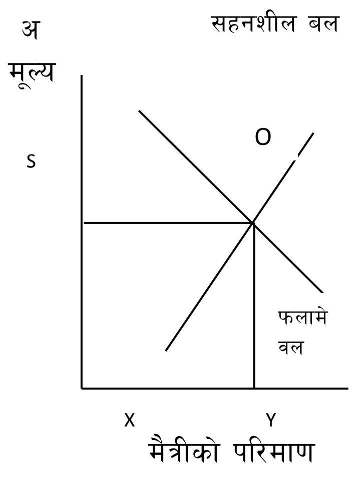
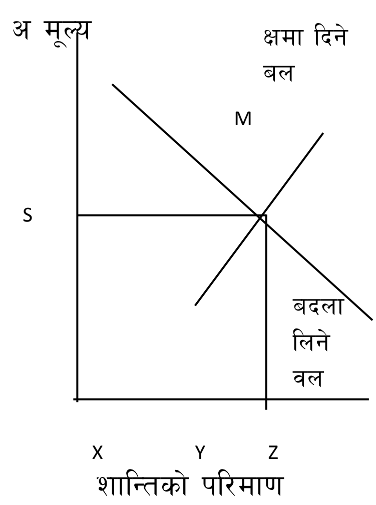
छोड्छ । खराब कर्मलाई माफी दिँदा एक किसिमको ऊर्जा समाजमा प्रशारण हुन पुग्छ जसले स्वस्थ समाजको सिर्जना गर्छ । यदि कुनै अपराधीलाई उसको अपराध क्षमा दिँदा, उसको हृदयमा एक किसिमको विद्युतीय शक्ति (कम्पन) को प्रशारण हुन्छ यो ज्यादै शक्तिशाली ऊर्जा हो । क्षमादानको उद्देश्य हाम्रो आफ्नै सोचाई, धारणा र कार्यबाट आफैंलाई मुक्ति गर्नु हो । हाम्रो आफ्नै भलाईका लागि अरूलाई क्षमा दिनु पर्छ । क्षमाले हाम्रो आफ्नै हृदय र मनलाई सफा गरिदिन्छ । अपराधीको लागि क्षमा दिएको होइन । आफ्नै हित वा भलाईका लागि अरूलाई क्षमादान दिइएको हो । यसले क्रोधलाई र डरलाई भगाउँछ । भगवत गीतामा भनिएको छ क्रोधले स्मृति नास गर्छ बुद्धि नास गर्छ (भगवत गीता २:६२-६३) । यसले सृजनशील विचारलाई सीमित गरिदिन्छ । क्षमाले पनि हाम्रो हृदय र मनलाई शुद्धीकरण गरिदिन्छ । यसले क्षमादातालाई बढी फाइदा पुऱ्याउँछ । धेरै व्यक्तिको विचारमा क्षमादान वा माफीले अपराधीलाई सुध्रने मौका दिन्छ । यो केही हदसम्म ठीकै पनि हो । तर यसले क्षमादाताको हृदय र मनमा विशेष प्रकारको ऊर्जा छोडछ जसले दिगो शान्ति, अमन चैन र आत्मिक शान्तिको भावना जागृत गराउँछ अथवा दाताको हृदयमा र मनमा नयाँ चेतनाको प्रस्फुटन गराउँछ । क्षमादानले आनन्दको बाटो लगाउँछ (कोजक, २००५) ।

भगवान बुद्धले भन्नुहुन्छ "घृणाले घृणालाई हटाउन सक्दैन, प्रेमले मात्र घृणालाई हटाउन सक्छ" (१, रोजाइहरू, धम्मपद) । जन्म मृत्यसम्मको अनन्त चलिरहने चक्रबाट मुक्ति पाउन तपाईंले यो संसारको दुःखको घाउलाई निको बनाउनु पर्छ । अथवा जहाँ जहाँ घृणा वा हिंसा छ त्यहाँ त्यहाँ प्रेम छर्न सक्नुपर्छ । अहिंसाको साधना गराउनु पर्छ । येसु ख्रिष्टले भन्नुहुन्छ "तपाई आफ्नो शत्रुलाई माया गर्न चाहनुहुन्छ भने उबाट के प्राप्त हुन्छ भन्ने आशा नराखी उसलाई राम्रो व्यवहार गर्नुहोस्, उसलाई सरसापटी र सहयोग गर्नुहोस् । तपाईंले परमेश्वरबाट ठूलो पुरस्कार पाउनुहुन्छ" (लुका ६:३५) । मैले एक जना साथीलाई भेट्ने मौका पाएँ । वहाँले आफ्नै छोरालाई मार्ने व्यक्तिलाई क्षमादानदिनु भयो । वहाँले भन्नु भएको थियो परमेश्वरले हामीलाई सेवा गर्न खटाउनु भएको हो दण्ड दिन होइन । वहाँले भन्नु भयो "मैले वहाँलाई दण्ड दिँदा मेरो मरेको छोरो बाँचेर आउँदैन ।" वहाँको रिस

दया र मैत्रीमा परिवर्तन भयो । यस्तै सबैको रिसलाई दया र मैत्रीमा परिवर्तन हुने हो भने संसार नै शान्ति, आनन्द र प्रेमले भरिपूर्ण हुन्छ । शुरुका दिनमा माफी दिन कठीन हुन्छ । तर यो विस्तारै सजिलो हुँदै जान्छ र कालान्तरमा यो साधनामा रूपान्तर हुन्छ ।

"गल्ती हुनु मानिस हुनु हो, माफी दिनु ईश्वरीय हुनु हो ।" - अलेजेन्डर पोप
"यदि हामीले साँचो प्रेम चहान्छौं भने हामीले क्षमा दिन सिक्नु पर्छ ।"
- मदर टेरेसा

महाभारतका अनुसार माफी दिनु विवेक सम्मत कार्य हो । क्षमदान भनेको आध्यात्मिक विधा अथवा वेद हो । क्षमादान भनेको श्रुती हो । क्षमादानले तपश्वीका गुणहरूलाई सुरक्षा प्रदान गर्छ । क्षमादान भनेको तपस्या हो । क्षमादान भनेको पवित्रता हो । क्षमादानबाटै संसारलाई एकजुट गराउन सक्छौं (वन पर्व, महाभारत) । विदुरले भन्नुहुन्छ क्षमादान भनेको परमानन्द हो ।

<table>
<tr><td>चित्र 21 A: दया र सहनशीलता बीचको संम्बन्ध</td><td>चित्र 21 A: क्षमा र बदला लिने बल बीचको संम्बन्ध</td></tr>
<tr><td>
</td><td>
</td></tr>
</table>

ज्ञाननै सबैभन्दा ठूलो मान्छे हो । दया नै एक पूर्ण आनन्द हो । महात्मा गान्धी भन्नुहुन्छ "कमजोरले क्षमा दिन सक्दैन क्षमादान बलियो व्यक्तिको विशेषता हो ।"

चित्र 21 A ले देखाउँछ कि फलामेबल र सहनशीलबलले नै मैत्रीको मात्रालाई निश्चित गर्छ । यी दुवै बलहरू 'O' बिन्दुमा एक अर्कामा काटिन पुग्छन् र 'Y' परिमाणमा मैत्री र प्रेम उसको मानव हृदयमा उत्पादन र भण्डारण हुन्छ । त्यस्तै चित्र 21 B मा क्षमादान र प्रतिरोधी बलहरू एक अर्कामा M बिन्दुमा काटिन पुग्छन् र 'Z' परिमाणमा मनमा शान्तिको उत्पादन र भण्डारण हुन्छ ।

आध्यात्मिक मुल्य चाँहिँ बलहरूमा निर्भर रहन्छ । क्षमादानको बल बलियो छ भने आध्यात्मिक मूल्य बढ्छ तर प्रतिरोधी वा बदलालिने बल बलियो भयो भने आध्यात्मिक मूल्य घटछ । माथिको चित्रमा अहिले त्यो 'S_1' बिन्दुमा छ । साधना, अभ्यास, प्रवचनले क्षमादानको बल क्रमशः बलियो हुँदै जान्छ, अथवा यो दाहिनेतिर सर्दै जान्छ । जसको कारण हाम्रो मनमा धेरै शान्ति उत्पादन हुन्छ । जसबाट शान्तिको दिगो प्रवाह निरन्तर आईरहन्छ ।

८.३ सन्दर्भसूची

अदम अल अखदर, ए.एच.एम. (२०१२). गल्ति महशुस सम्बन्धी कथाहरूका फाइदाहरू । एउटा व्यक्ति जसले सयजना मानिसलाई मार्‍यो । https://rahmaniyyahpublishing.files.wordpress.com/2012/07/1-stories-of-repentance-man-killed-99-people.pdf

अहमद, एच.एम.जी. (२००५). ईस्लामका आधार, भाग ३ । हदरथ मिर्जा गुलाम अहमदका घोषणा भाषण, लेखहरू अंग्रेजीमा अनुवादित ।

भारद्वाज, एल.पी. (१९८९). राम चरीत्र मानस, तेजकुमार बुक डिपो, लखनउ, भारत ।

वाइरोन, टि. (मिति नखुलेको). धम्मपद । https://ia802701.us.archive.org/2/items/pdfy-5xsS5pSi8sQDrKnc/The%20 Dhammapada.pdf

कोजाक, एस.एस. (२००५). क्षमा : खुशीको वाटो । हिमालयन इस्टिच्यूट प्रेस । http://www.goodreads.com/author/show/349383.Sandra_Summerfield_Kozakh

महायाना, के. (२०१३). रिसाहा मानिसले बुद्धलाई चिमोथ्यो र थ्यूको । https://www.reddit.com/r/Buddhism/comments/1nwyq8/angry_man_spits_on_the_buddhb/

टेलर, जि. (मिति नखुलेको). क्षमा नपाउनेलाई क्षमा दान ।

http://www.expositorysermonoutlines.com/christian/compassion.pdf

..........., पवित्र बाइबल राजा जेम्स संस्करण, www.davince.com

.........., जीवित बाइबल (१९७१). टिन्डल हाउस फन्डेशन ।

.........., ईसाइ दानको अभ्यास । http://www.biblestudytools.com/bible-study/topical-studies/christian-giving-11636283.html

.........., बाइबल नयाँ नियम उक्त र भजनहरू , वल्ड अंग्रेजी बाइबल ।

.........., त्यो मानिस जसले ९९ जनाको हत्या गर्‍यो । https://shortislamicstories.wordpress.com/2010/03/10/the-man-who-committed-99-murders/

.........., महाभारत खण्ड २९ वन पर्व ।

अध्याय नौ
समर्पण

"बुद्धीमानी व्यक्तिले वचनलाई मनमा, मनलाई आत्मा बुझाइमा, आत्मा बुझाइलाई परमात्मामा र परमात्मालाई शान्तिमा समर्पण गर्नुपर्छ"
- मैत्री उपनिषद

९.१ समर्पणको अर्थ र क्षेत्र

समर्पण सैनिक शब्द हो । तरपनि अध्यात्मशास्त्र र धर्मशास्त्रमा यसको प्रयोग बाक्लै भएको पाइन्छ । सबै धर्मशास्त्रहरूमा समर्पणको व्याख्या भएको छ । इसाई, सनातन, बुद्ध र इस्लाममा यसको विशेष रूपले व्याख्या भएको छ । सबै आस्थामा यसका साध्य र साधन उस्ता उस्तै छन् । सबैको उद्देश्य लोभ, मोह र द्वेषलाई हृदयबाट, समाजबाट र पुरै विश्वबाट हटाई परमशान्ति र आनन्दप्राप्त गर्नु नै हो । समर्पणले चिन्ता र इर्ष्याको भावनालाई हटाउँछ यसले सच्चा प्रेम र मैत्रीभावलाई प्रवर्धन गर्छ र परमेश्वरमा भक्तिः बढाउँछ । लोभ, मोह, द्वेष, इर्ष्या, वा रिस आदि भौतिक वस्तु र सेवाको संसर्गबाटै बढ्छ । यदि व्यक्तिका मनमा लोभ, मोह र द्वेष नहुँदो हो त सायद व्यक्तिका चाहना हुने नै थिएनन् । तसर्थ आफ्ना चाहनाहरूलाई परमेश्वरमा समर्पण गर्नु र उनकै इच्छाअनुसार चल्नु नै सच्चा अर्थमा समर्पण हो । भगवान वा परमेश्वरमा समर्पण गर्नु भनेको आफ्नो सबै इच्छा र चाहनाहरूलाई कुनै हिचकिचाहट नगरी परमेश्वरमा समर्पण गर्नु हो । धर्म निरपेक्षले चाँहि चाहनाहरूलाई आफै नियन्त्रण गर्नुहुन्छ । समर्पण भएपछि व्यक्तिको र भगवानका इच्छा बीच कुनै द्वन्द्व हुँदैन । समर्पण पछि व्यक्तिले परमेश्वरद्वारा परिभाषित चाहना वा इच्छाहरूको पालन र परिपूर्ति गर्न पर्छ । परमेश्वरले त्यसपछि प्रचुरमात्रामा प्रेम र आर्शिवाद प्रदान गर्नुहुनेछ । परमेश्वरले त्यस्ता व्यक्तिहरूलाई पुरस्कार दिनुहुन्छ जसले आफूलाई परमेश्वरप्रति पूर्ण समर्पण गर्छन् ।

सनातन धर्ममा लक्ष्मणको आफ्नो कुनै व्यक्तिगत इच्छा छैन । भगवान रामको जे इच्छा हो वहाँको इच्छा पनि त्यही नै हो । लक्ष्मणले विनासंकोच आफ्ना इच्छाहरूलाई भगवानमा समर्पण गरी भगवान रामका इच्छा र चाहनाहरूलाई अपनाउनु भयो । त्यसैले राम र लक्ष्मणका बीच इच्छा र चाहनाहरूमा कुनै अन्तर छैन । अथवा रामको इच्छा नै लक्ष्मणको पनि इच्छा हो र लक्ष्मणको इच्छा नै रामको पनि इच्छा हो । लक्ष्मणका सबै इच्छा भगवानमा समर्पण गरेकैले वहाँले श्रीरामबाट धेरै प्रेम र आर्शिवाद प्राप्त गर्न सफल हुनुभयो । यसबाट के भन्न सकिन्छ भने लक्ष्मण भनेको रामकै अंश हो । त्यसैको फलस्वरूप आजभोलि जति भक्तहरू हुनुहुन्छ वहँहरू सबैको राम र लक्ष्मणप्रति बराबर प्रेम र भक्ति छ । रामप्रति भक्ति भाव गर्नु भनेको लक्ष्मणप्रति पनि भक्ति भाव गर्नु हो ।

भगवान कृष्णले आफैं समर्पणको विषयमा व्याख्या गर्नु भएको छ । समर्पण गर्नु भनेकैं पापपूर्ण कर्मबाट मुक्त हुनु हो (भगवत गीता, १८:६६) । जसले पापबाट पूर्ण मुक्तिपाउन सकेका छैन्न उनीहरूले पनि श्रीकृष्णमा आफ्नो चाहना, इच्छाहरू समर्पण गर्न सक्छन् । जसले भगवान कृष्णमा समर्पण गर्छ, ऊ स्वतः मुक्त हुन्छ । त्यसैले कृष्णलाई विना संकोच सबै वस्तु, इच्छा, चाहनाहरू समर्पण गर । किनकि वहाँ नै सबै जीवित र निर्जीव वस्तुहरूको परम सुरक्षाकर्ता हुनुहुन्छ । समर्पण गर्दा विश्वास र प्रेम पूर्वक श्रीकृष्णको समर्पण गर्नु पर्छ ।

दैवी हयेवा गुणमती मम माया दुर त्यया ।
मामेव ये प्रपदयन्ते माय मेनं तरत्नि ने ॥

मेरो दैविक ऊर्जा माया प्रकृतिका ३ वटा तत्वबाट बनेको छ । यसमाथि विजय प्राप्तगर्न कठीन छ । तर जो ममा समर्पण गर्छ उसले यस मायारूपी ऊर्जा माथि सजिलै विजय प्राप्त गर्छ । अथवा मिथ्या मायाबाट छुटकारा पाउनु भनेकै परमेश्वरप्रति समर्पण गर्नु हो ।

भगवान कृष्णले भन्नुहुन्छ सबै आस्थाका कुरा छोड । केवल ममा समर्पण गर म तिमीलाई सबै पापबाट पार लगाउला । नडराउ ममा समर्पण गर (प्रभुपाद, १९७२) । त्यस्तै वहाँले भन्नु भएको छ, सबै कर्मकाण्ड सम्बन्धी कुरा छोड, केवल ममा पूर्ण समर्पण गर त्यसको प्रतिफल स्वरूप म तिम्रा सबै पापहरूबाट रक्षा गर्नेछु । त्यसकारण तिमीले डराउनु पर्ने कुनै कारण छैन (प्रभुपाद, १९७२) । जसले श्रीकृष्णमा समर्पण गर्छ, उसको सम्पूर्ण उत्तरदायित्व स्वयं कृष्णले नै लिनुहुन्छ । उसमाथि श्रीकृष्णले प्रेमको वर्षा गराउनुहुन्छ (श्रीवानन्द, १९९६) । लक्ष्मणले रामको त्यति धेरै माया किन पाउनुभयो ? किनकि वहाँले आफूलाई पूर्ण रूपमा रामप्रति समर्पण गर्नुभयो । त्यसैले यति धेरै प्रेम पाउन सफल हुनुभयो । त्यस्तै अर्जुनले पनि कृष्णबाट धेरै प्रेम पाउनु भयो किनकि वहाँले पनि आफूलाई पूर्ण रूपमा कृष्ण नै समर्पण गर्नुभयो ।

भगवत गीताका अनुसार ४ किसिमका व्यक्तिले मात्र भगवानमा समर्पण गर्दैनन् । अज्ञानी, अल्छि, भ्रमित विद्वान, र भूतप्रेत लागेका व्यक्तिहरू (प्रभुपाद, १९७२) । शुद्ध मन र हृदय नै आध्यात्मिक अवस्था हो । भक्तिले हामीलाई आध्यात्मिकताको लागि उपयुक्त बनाउँछ र त्यसले मुक्ति तिर तान्छ । अझ भन्नुपर्दा यो एक अर्कामा जोडिएको चेतनशील अवस्था हो, जहाँ एउटा बिन्दुमा सन्तुलन र एकाग्रता हुन्छ (कृष्णानन्द, मिति नखुलेको) । समर्पणले भगवानसँग जोड्छ र वहाँको इच्छालाई व्यक्तिको हृदयमा प्रसारण गर्छ । त्यसैले भगवान प्रदत्त त्यो शक्ति एउटै बिन्दुमा केन्द्रित हुन्छ र ज्यादै शक्तिशाली ऊर्जाको रूपमा विकसित हुन्छ । जुन ऊर्जाले व्यक्तिलाई मात्र नभएर समाजलाई नै ज्ञानको प्रकाश प्रदान गर्दछ ।

चिन्ताको मुख्य कारण व्यक्तिगत इच्छा र चाहनाहरू नै हुन् । यसले हाम्रो हृदयमा नराम्रो आचरण र डर बढाउँछ । त्यसैले पनि भगवानमा समर्पण अत्यावश्यक छ । यसलाई नै हामी समाहितको अवस्था वा व्यक्तिगत इच्छा र चाहनाहरूको समर्पण भन्दछौं । बौद्धिकता र भित्री शान्तिबाट मात्र पूर्ण समर्पण गर्नसक्छौं । आत्माले चेतनाको प्रतिनिधित्व गर्छ भने र क्षेत्रीयले वस्तुको प्रतिनिधित्व गर्छन् । त्यसलाई

नै हामी चेतना र वस्तु भन्दछौं (कृष्णनन्द, मिति नखुलेको) । आत्मा नै आध्यात्मिक अध्ययनको केन्द्रबिन्दु भएकाले यो नै नितान्त आवश्यकीय ज्ञान हो ।

"यति तपाईले भगवानमा पूर्ण समर्पण गर्नुभयो भने तपाईले एकमात्र सत्य (आत्मा) आफूभित्र पाउनु हुनेछ । जति जनालाई सेवा गरेपनि त्यो भगवानमा नै समाहित हुनेछन् । यो नै तपाइको लागि खुशी र मनोरञ्जन हुनेछ । धेरै जनालाई सेवा प्रदान गरे पछि तपाई थाक्नु हुन्छ तर ईश्वरको सेवामा थाक्नुहुन्न ।" -महात्मा गान्धी

अहिंसाका साधक महात्मा गान्धी भन्नुहुन्छ कि वहाँले आफूलाई भगवानमा समर्पण गर्नुभयो, त्यसैले वहाँले हृदयमा चीर शान्ति प्राप्त गर्नुभयो (एलोटेन्ज र डोलोबीच, २०१२) । वहाँले अझ अगाडि भन्नुहुन्छ जति जति मैले भगवानप्रति समर्पण गर्दै गएँ उति नै मैले मनमा शान्ति र हृदयमा आनन्दको अनुभूति गरे । जबसम्म पूर्ण समर्पण हुँदैन तबसम्म सुख र दुःख त आइरहन्छन् । भगवानमा समर्पण गरेरै शान्ति र आनन्दको महशुस हुन्छ । गणपति शास्त्रीले आफूलाई भगवानमा पूर्ण समर्पण गर्नुभयो र भगवानका इच्छालाई वहाँले अपनाउनु भयो त्यसैले वहाँ यो संसारमा शान्तिपूर्वक बाँच्नु भयो । यस्ता अरू पनि धेरै उदाहरणहरू छन् । तर पूर्ण समर्पण भन्न त सजिलो छ तर गर्न अति गाह्रो कुरा हो । थोरैले मात्र भगवानमा पूर्ण समर्पण गर्न सक्छन् बाँकी धेरैले आंशिक समर्पण मात्र गर्छन् । भक्ति बिना समर्पण सम्भव हुँदैन । भगवानको अस्तित्वलाई दोधारे नभई पूर्ण स्पष्टकासाथ स्वीकार्ने व्यक्तिले नै आफूलाई भगवानमा समर्पण गर्न सक्छन् ।

सबै आस्थाहरूमा र ज्ञानका भण्डारको साझा सन्देश आफूलाई भगवानमा समर्पण गर्नु नै हो । चाहे इसाई होस् चाहे इस्लाम, चाहे सनातन होस् वा बुद्ध, समर्पण शान्ति र आनन्दको लागि अपरिहार्य कुरा हो । भगवान बुद्धले पनि समर्पणलाई विशेष महत्व दिनुभएको छ । म बुद्धको शरणमा जान्छु अथवा ज्ञानको शरणमा जान्छु । म धर्मको शरण जान्छु अथवा नैकिताको शरणमा जान्छु । म संघको शरणमा जान्छु अथवा संघका शरणमा गएर संघबाट प्राप्तहुने लाभ (ज्ञान) लिन्छु । त्यसैले बुद्धधर्ममा बुद्ध, धर्म र संघका शरणमा समर्पण गर्नुपर्छ । यहाँ

बुद्ध भन्नाले ज्ञान अथवा प्रज्ञाको शरणमा जानु भनेको हो । यसको उद्देश्य व्यक्तिको मनमा शान्ति छाउनु हो । व्यक्तिहरूका मनमा शान्ति प्राप्त भएपछि मात्र समाजमा पनि शान्ति छाउँछ । व्यक्तिले शान्ति प्राप्तगर्न प्रज्ञा अथवा परिनिर्वाणको बाटो हिड्नु पर्छ । धर्ममा अथवा भगवनका शरणमा गएपछि मनमा शान्ति छाउँछ । त्यसैले धर्मका शरणमा जान्छु भनेको आफू स्वयंले भगवानमा पूर्ण समर्पण गर्नु नै हो ।

इस्लाम धर्ममा पनि यही कुरा लेखिएको छ । वास्तवमा इस्लाम भनेकै शान्ति र समर्पण हो । शान्ति र समर्पणलाई इस्लाम धर्ममा पर्यायवाची शब्दको रूपमा प्रयोग गरिन्छ । समर्पणविना मनमा शान्ति आउँदैन । यिनीहरू एउटै सिक्का दुईपाटा हुन । अल्लाहमा समर्पण गरेपछि मात्र शान्ति पाउन सकिन्छ । कुरानले अल्लाहमा समर्पण गर्न सिकाएको छ । अल्लाहले त्यसलाई पुरस्कार दिनुहुन्छ जसले आफूलाई वहाँप्रति समर्पण गर्छ ।

अल्लाहमा समर्पण गर्ने सिलसिलामा डर र दुःख मान्नु हुँदैन । पैगम्बर मुहम्मदले आफूलाई अल्लाहमा समर्पण गर्नुभयो र अरूलाई पनि त्यसै गर्न सल्लाह दिनुभयो (कुरान ३:३०) । जसले समर्पण गरे उनीहरू पूर्ण निर्देशित हुन्छन् अथवा अल्लाहका निर्देशानुसार आफूले काम र कर्तव्य पुरा गर्छन् । जसले अल्लाहमा आफूलाई समर्पण गर्छ उसले कुनै फिक्री लिनु पर्दैन, वहाँले सबै समर्पण गरेका व्यक्तिहरूलाई राम्ररी हेरचार गर्नुहुन्छ (कुरान, ३:२१) । ज जसले अल्लाहमा समर्पण गरे उनीहरू बीच पूर्ण समानता हुन्छ किनकि वहाँले सबैलाई उत्तिकै हेरचाह गर्नुहुन्छ । अल्लाहको राज्यमा पूर्ण समानता पाइन्छ अथवा पूर्ण समानता सहितको समाज अल्लाहको राज्यमा मात्र पाइन्छ (कुरान ३:८४) । अल्लाहका आँखामा सबै व्यक्तिहरू समान हुन्छन्, त्यसैले जति पनि पैगरम्बर वा धर्मदूत वा अवतार हुनुहुन्छ वहाँहरू सबैले पूर्ण समर्पण गर्न सल्लाह दिनुहुन्छ । जसले आफूलाई पूर्ण समर्पण गर्छन् उनीहरूले कुनै डर र चिन्ता, फिक्री लिनुपर्दैन । अल्लाहमा पूर्ण समर्पण भनेको वहाँको पूर्ण शरणमा जानु हो । पूर्ण समर्पण भन्नाले आफ्नो शरीर, मन, हृदय, मानव अंग र प्रत्यांगहरूलाई अल्लाहमा समर्पण गर्नु नै हो । यहि

अवस्थालाई आत्माको लोप भनेर ग्रन्थमा व्याख्या गरिएको छ (अहमद, २००५) ।

"सही धर्मलाई अपनाउनु भनेकै अल्लाहका दृष्टिमा पूर्ण समर्पण गर्नु हो । जो अल्लाहका कृपापात्र छन्, चमत्कारी छन्, उनीहरूमा ज्ञान प्राप्त भए पछि उनीहरू एक अर्काप्रतिको इर्ष्याको भावना, अहंकार र अलग विचार र धारणाहरूबाट मुक्त हुन्छन् । तर जसले अल्लाहको सत्य उपदेशहरूलाई इन्कार गर्छ उसलाई यादहोस् कि अल्लाह चाँडै त्यस्ता व्यक्तिलाई मनमा गणना गरेर राख्नु हुन्छ ।" (कुरान, ३:१९)

"ज-जसले वहाँमा समर्पण गर्नुभयो अथवा वहाँसँग शरण लिनुभयो वहाँहरू सही बाटोमा हुनुहुन्छ तर जसले गलत बाटो लियो । याद गर्नुहोस् अल्लाहको कर्तव्य सही उपदेश दिने मात्र हो । अल्लाहले सबै प्राणीहरूको हृदय देख्नुहुन्छ ।" (कुरान, ३-५९९)

अल्लाहले तपाईंको समर्पण वा शरण माग गर्नुहुन्न । व्यक्ति स्वयंले वहाँबाट पुरस्कार पाउन आफूलाई समर्पण गर्नुपर्छ । परमेश्वर वा अल्लाहले तपाईंलाई आर्शिवादको माला पैराई दिनुहुन्छ । सबै वस्तु र प्राणीहरू भगवानबाटै सिर्जना भएका हुन् । हामी जुन 'मेरो धन' भन्छौं त्यो 'मेरो होइन' हामी त केवल त्यो धनको हेरचाह गर्न आएका गोठाला मात्र हौं । खास मालिक त परमेश्वर वा अल्लाह नै हुनुहुन्छ । जति पनि मेहनत हामी वस्तु र सेवा प्राप्त गर्न लगाउँछौं त्यो हाम्रो मेहनतले मात्र प्राप्त भएको हुँदैन । त्यसैले कहिलेकाँही मेहनत गरेपनि सफलता हातमा पर्दैन । त्यसो भएपछि मानिस दुःखी हुन्छ । यो दुःखबाट कसरी मुक्ति पाउने ? यहाँ दुःखबाट मुक्ति पाउने धेरै वाटाहरू छन् । सनातन र वुद्ध धर्ममा लोभ, मोह, द्वेष र घमण्ड हटाउने उपदेश छन् भने इस्लाम धर्ममा अल्लाहमा पूर्ण समर्पण गर भन्ने उपदेशहरू छन् ।

आफूलाई अल्लाहमा समर्पण गर्नु भनेको व्यक्तिका चाहनाहरू परित्याग गर्नु हो । अर्थात लोभ, मोह र द्वेषबाट मुक्त हुन हो । तसर्थ यी आस्थाहरू बीच समर्पणको विषयमा दुई मत छैन । सबै आस्थाका सन्देशहरूमा एकरूपता पाइन्छ ।

कुरानले यस विषयमा अझ व्याख्या गरिदिएको छ । तपाईको वललाई पूर्ण समर्पण गर भनेर अल्लाहले कहिल्यै माग गर्नुहुन्न । तपाईंको इच्छा शक्तिको आधारमा अल्लाहले तपाईभित्र काम गर्न चाहानुहुन्छ । अल्लाहले हामीभित्र काम गर्नुहुन्छ र तपाईंमा त्यस्तो इच्छा पैदा गराउन र आनन्द बनाउन काम गर्नुहुन्छ तर तपाईंले त्यो कुरा थाहा पाउनुहुन्न (मुरे, १०८५) ।

ईसाइ धर्ममा पनि समर्पणको विषयमा समान धारणा रहेको पाइन्छ । समर्पण गर्नु भनेको आध्यात्मिक हिसावले परमेश्वरलाई प्राप्त गर्नु हो । भौतिक हिसावले समर्पण गर्नु वा दिनु भनेको आध्यात्मिक हिसावले प्राप्त गर्नु हो । व्यक्तिले जति पैसा, प्रतिष्ठा, ज्ञान र शक्ति प्राप्त गर्छ केही समयको अन्तरालमा ती सबै गुम्नेछन् । यसै सन्दर्भमा मार्टिन लुथरले व्याख्या गर्नु भएको छ कि “मैले मेरो जीवन कालमा धेरै कुराहरू मेरा हातमा थिए । ती सबै गुमे । तर जुन मैले परमेश्वरका हातमा राखे ती अझैसम्म पनि मसँगै छन् ।” यसै सम्बन्धमा माइकल थमसले भन्नुहुन्छ, “जित्नका लागि हार्नैपर्छ, पाउनलाई गुमाउनुपर्छ र जन्मनलाई मर्नुपर्छ ।”

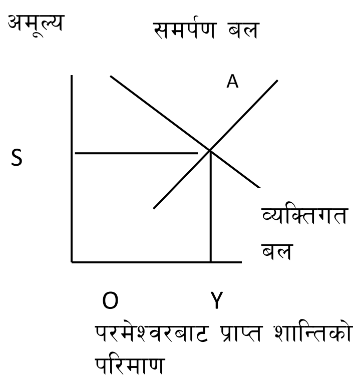
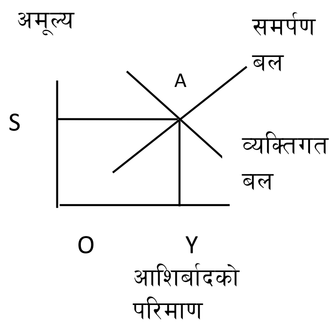
> “जसले यो जीवन पाउँछ त्यो उसले गुमाउँछ । जसले आफ्नो जीवन गुमाउँछ उसले म बाटै अर्को जीवन पाउँछ” (माथ्यु, १०:३९) ।

९.२ शान्तिको उत्पादन

पूर्वी र पश्चिमी संसारमा दुई प्रकारका विचारहरू समसामयिक रूपमा उदाउँदै छन् । एउटा पूर्ण समर्पण गरी भगवानका शरणमा जाने दोस्रो क्रमशः इच्छा र चाहनाहरूलाई समर्पण गर्दै पूर्ण समर्पणको उद्देश्य हाँसिल गर्ने । एकैचोटी पूर्ण समर्पण गरी भगवानका शरणमा जान निकै कठिनाइपूर्ण काम हो । त्यसै कारण विस्तारै क्रमशः समर्पण गर्दै जाने प्रस्ताव वैकल्पिक रूपमा आएको हो । अर्को विचार के हो भने समर्पण भन्नु नै आफूलाई पूर्ण रूपमा परमेश्वरमा समर्पण गर्नु हो । आध्यात्मिक रूपमा हेर्दा पूर्ण समर्पण बढी मूल्यवान हुन्छ । जो सँग पवित्र हृदय, मन, र शरीर सफा छ उसले मात्र पूर्ण समर्पणका लागि परमेश्वरसँग प्रार्थना गर्न सक्छन् । म त्यो कोर्समा गएको छैन, त्यसकारण कुनै विचार

र प्रक्रिया सही छ भन्न सक्दिन । तर पनि दुवै प्रक्रिया उतिकै लाभदायक छन् भन्ने लाग्दछ ।

चित्र 22 A ले देखाएको छ कि व्यक्तिगत भौतिक इच्छा र मनमा शान्तिको स्थितिका बीच उल्टो सम्बन्ध हुन्छ । जब व्यक्तिगत भौतिक इच्छा हुन्छ उ शान्तिसँग बस्न सक्दैन । उ सधै इन्द्रिय सन्तुष्टि गराउन नै तल्लिन रहन्छ ।

<table>
<tr><td>चित्र 22A: व्यक्तिगत बल र समर्पण बल बीचको सम्बन्ध</td><td>चित्र 22B: व्यक्तिगत बल र समर्पण बल बीचको सम्बन्ध</td></tr>
<tr><td>
</td><td>
</td></tr>
</table>

शान्तिको परिमाण वा शान्तिको अवस्था व्यक्तिको बल र समर्पण जस्ता दुई वलहरूले निर्धारण गर्छन् । यी दुवै वलहरू हाम्रो हृदयभित्र नै रहन्छन् । त्यस्तै समर्पण र शान्ति बीच धनात्मक सम्बन्ध हुन्छ । जति समर्पण बढ्दै गयो त्यति नै आध्यात्मिक शान्तिको परिमाण पनि बढेर जान्छ । अर्कोतिरबाट हेर्दा जति जति आध्यात्मिक शान्ति बढ्छ त्यति नै भगवानप्रति समर्पण पनि बढ्दै जान्छ । त्यस्तै आनन्दको डिग्री पनि समर्पणको चाहना र व्यक्तिगत चहानाले निर्धारण गर्छन् । यदि कसैले भगवानबाट बढी पुरस्कार पाउने आशा राख्छ भने उसले भगवानमा अझ बढी समर्पण गर्नुपर्छ । सरल रूपमा भन्दा कसैले मनमा

शान्ति कायम गर्न चहान्छ भने उसले आफूलाई भगवानमा समर्पण गर्नुपर्छ । व्यक्तिगत इच्छा र चाहनालाई तिलाञ्जली दिनुपर्छ ।

९.३ सन्दर्भसूची

अहमद, एच.एम.जी. (२००५). ईस्लामका आधारहरू भाग ३. हदरथ मिर्जा गुलाम अहमदका लेख रचना, प्रवचन र घोषणाहरूको अंग्रेजीमा अनुवाद ।

अलि, एम.एम. (१९७१). पवित्र कुरानको अंग्रेजीमा अनुवाद. पाकिस्तान । http://www.aaiil.org/text/hq/comm/muhammadalienglishholyquran1917/muhammadalienglishholyquran1917.shtml

हन्ट, जे.एम. (२०१२). हाम्रा इच्छा र ख्रिष्टमा भक्ति । http://www.fbcw.org/am_cms_media/fbcw081212am.pdf

एल ओरन्ज, डि. र डोलेबीच, जी. (२०१२). प्राचीन जराहरू र यसका हाँगाहरू. लोटस प्रेस ।

मुरे, ए. (१८९५). सम्पूर्ण समर्पण. मोडी प्रेस सिकागो । http://www.ccel.org/ccel/murray/surrender.i.html

पिकथल, एम.एम. (१९३०). पवित्र कुरान अंग्रेजीमा अनुवाद । http://www.khayma.com/librarians/call2islaam/quran/pickthall/

प्रभुपाद (१९७२). भगवतगीता यथारूपमा । सम्पूर्ण संस्करण/कोलियर म्याकमिलन प्रकाशन, लन्डन।

शिवानन्द (१९९६). भगवान कृष्ण र उनका लीला र शिक्षा । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, भारत ।

http://www.dlshq.org/download/lordkrishna.pdf

पवित्र बाइबल : ल्याटिन भूलगेटबाट अंग्रेजीमा अनुवाद । यहुदी, ग्रिक र अरु. मुख्य भाषाका संस्करण . डाउवे रिमस् १६०९-१५८२ ।

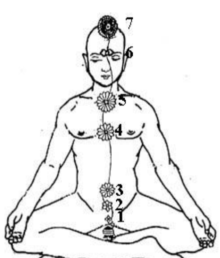
अध्याय दस
योग र ध्यानको अर्थशास्त्र

"ध्यानले प्रज्ञा ल्याउँछ।" - बुद्ध

१०.१ योग र ध्यानका उद्देश्य र विधिहरू

योग र ध्यान कहिले शुरु भयो भन्न कठीन छ। अभिलेखीकरण चाँहि वेदान्तकाल (उपनिषदकाल) तिर भएको देखिन्छ । प्रत्येक उपनिषदहरूमा ध्यान र तपको बारेमा व्याख्या गरिएको छ, तिनीहरूमध्ये बढी व्याख्या छान्दोग्य उपनिषदमा पञ्चाग्नि विधाको रूपमा विशेष रूपमा व्याख्या गरिएको छ । यो आत्मालाई मुक्त गर्ने माध्यम हो (निखिलानन्द, १९५९) । एकै स्थानमा ध्यान केन्द्रित गरेर, मनलाई बुझेर मनलाई तालिम दिएर, मनलाई स्वतन्त्र छोड्दै र नियन्त्रण गर्दै सिर्जनशील शक्तिलाई पत्ता लगाउँदै भगवानसँगै एकाग्र भएर आफ्नै गुणमा हराएर ध्यानपूर्वक गम्भीर रूपले मग्न हुनु नै ध्यान हो (श्वेताश्वुतरोपनिषद १:३) । पतञ्जलिका अनुसार योग भनेको योगश्चित वृत्तिनिरोध । जसको अर्थ हुन्छ योग समाधि हो, जसमा मनलाई एक बिन्दुमा स्थीर गरिन्छ र चित्तलाई सफा गरिन्छ, अपवित्रता रोकिन्छ । योग दर्शनमा चित्त र मनलाई एउटै वस्तुको रूपमा लिइएको छ। यसै चित्तमा विभिन्न प्रकारका चित्रहरू बनी रहन्छन् । यस्ता चित्रहरू सांसारिक विषय र वस्तुसँग सम्बन्धित हुन्छन्। यसैलाई चित्तका वृत्तिहरू भन्दछौं। यी चित्रका वृत्तिहरूलाई रोक्नु वा निरोध गर्नु वा विचारहरूलाई रोक्नु नै चित्तवृतिनिरोध हो । यसबाटै प्रज्ञा प्राप्त हुन्छ (विवेकानन्द, १९२०) । बुद्धले सायद यही ज्ञानलाई नयाँ प्रयोगद्वारा सिद्ध गर्नु भएको हो । त्यसैले मनलाई बुझ, मनलाई तालिम देऊ र मनलाई स्वतन्त्र रूपमा छोड भनिएको हो (फ्रोन्सदल, २००६) ।

यसै सम्बन्धमा धम्मपदले भनेको छ अनुभवहरू मनद्वारा नै अगाडि बढाइएका डोऱ्याइएका र उत्पादन गरिएका कुरा हुन् । यदि शुद्ध मनले कसैले केही बोल्छ अथवा काम गर्छ भने आनन्द कहिल्यै छुटदैन जस्तो कि शरीरबाट छाया छुट्‌दैन (धम्मपद १:२) । तर अशुद्ध वा अपवित्र मनले दुःख भोगी रहनुपर्छ । दुःख र सुख मनसँग सम्बन्धित अनुभूतिहरू हुन् । अशुद्धता अथवा अपवित्रतालाई हटाउनु नै ध्यानको मुख्य उद्देश्य हो । ध्यानको माध्यमिक उद्देश्य मनलाई तालिम दिनु अथवा नियन्त्रण गर्नु हो । भगवान बुद्धले साधनाद्वारा नै मनमा रहेका अपवित्रताहरूलाई नष्ट गर्नुभयो । ध्यानको अन्तिम उद्देश्य भनेको आत्मा साक्षात्कार गर्नु हो (भगवत गीता ६:६-७) । विपश्यना भनेको साचो कुरा देख्नु हो । यो बुद्ध भगवानबाट साधना सिद्ध ज्ञान हो । यो भारतीय उपमहाद्वीपको एउटा सबैभन्दा प्राचीन साधनाको विद्या हो । यो करीव २५०० वर्षभन्दा पहिल्यै शुरु गरिएको विधि हो, जसले संसारिक समस्याहरूलाई ठीक गरिदिन्छ । ध्यानलाई यो लोक र परलोकका लागि उपयोगी वस्तु र सेवाको रूपमा लिइन्छ किनकि यसको फाइदा यो लोकमा मात्र नभई परलोकसम्म पुग्छ । त्यसैले यो मृत्युलोक र स्वर्गलोक दुवैका लागि उपयोगी सेवा र साधन हो ।



योगलाई ३ भागमा विभाजित गरिएको: ज्ञानयोग (ज्ञान र प्रज्ञा), ध्यानयोग र भक्तियोग । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले साध्यको रूपमा ज्ञानयोग र साधनको रूपमा ध्यान योगलाई समेटेको छ ।

मैले विभिन्न आस्था र सम्प्रदायले आयोजना गरेका विभिन्न ध्यान शीविरमा ध्यान गरेर अनुभव बटुल्ने मौका पाएँ । सबै आस्था र सम्प्रदायले मनलाई बुझ्ने, मनलाई स्वतन्त्र छोड्ने र नियन्त्रण गर्ने, मनलाई तालिम दिने कुरालाई विशेष महत्व दिन्छन् । मैले धेरै आस्थाहरु र सम्प्रदायहरुमा रहेर ध्यान गरेँ पनि मैले उस्तै पीडा र आनन्दको अनुभूति प्राप्त गरें । मेरो मन र शरीरमा एउटै विद्युतीय कम्पनको प्रवाह भयो । मेरो आन्तरिक र वाह्य शरीरमा उस्तै सम्वेदना आउँदै र जाँदै गरे । उस्तै सम्वेदनाहरू शरीरमा महशुस भई रह्यो । विपश्यना, प्रेम र दया, मैत्री, र भावातित (उत्कृष्टता) ध्यान सहित अन्य धेरै किसिमका ध्यानको साधना गर्दा एउटै आध्यात्मिक ऊर्जा प्राप्त भयो । यसले मलाई यो निष्कर्षमा पुऱ्यायो कि ध्यानको विधि एउटै हो र यसबाट प्राप्त गर्ने ज्ञान वा प्रज्ञा पनि एउटै हो केवल व्यापारिक प्रयोजनका लागि मात्र विभिन्न ब्राण्डमा ध्यानलाई प्याकेजिङ गरिएको हो । तात्विक (Genric) अर्थमा ध्यान एउटै हो । तर ध्यानबाट पाउने आध्यात्मिक ऊर्जाको मात्रा चाँहिँ मन र हृदयमा जम्मा भएको अपवित्रता र ध्यानको केन्द्रीत शक्ति (concentration) र गहिराईमा(contemplation) निर्भर रहन्छ ।

भगवत गीताको अध्याय ६ ले ध्यानको विषयमा विस्तृत रूपमा वर्णन र व्याख्या गरिदिएको छ । राजयोग अथवा ध्यान सांख्य दर्शनमा आधारित छ । जसअनुसार संसारिक वस्तुमा आवद्ध हुनु भनेको आत्मालाई वन्देजमा राख्नु हो भने संसारिक वस्तुबाट छुटकारा दिलाउनु भनेको चाँही मुक्ति हो । तर राजयोगको अभ्यास गर्न त्यति सजिलो छैन । संसारिक वस्तुहरूसँग नजिक हुनु सजिलो छ तर टाढिन चाँहि गाह्रो । यसरी संसारीक वस्तुबाट आफ्नो ध्यान खिची भित्री कुरामा केन्द्रित गर्नु नै संसारिक वस्तुबाट छुटकारा पाउनु हो । ध्यान गर्दा शरीर, मन र आत्माको संघ स्थापित हुन्छ । जसले परमेश्वर वा पुरुष वा अदृश्य शक्ति केन्द्रबाट प्रवाह हुने शक्तिलाई हाम्रो मन र हृदयमा जोडिदिन्छ । कसैले त्यो संघमा परमात्मालाई पनि जोडछन् भने कसैले आत्मा नै परमात्माको अंश भएकाले शक्ति आत्मामा आफै आउँछ भन्ने मान्यता राख्दछन् । त्यही संघले आध्यात्मिक शक्तिको उत्पादन गर्छ र त्यही आध्यात्मिक शक्तिले हामीलाई ठेल्दै र तान्दै भगवानका नजिक पुऱ्याउँछ । कसैले भगवानप्रति विश्वास नै गर्दैनन् अथवा धर्म निरपेक्ष रहन्छन्

तर पनि शरीर, हृदय, मन र आत्माको मेल हुँदासम्म उनीहरूले पनि समान आनन्दको अनुभव गर्दछन् । तसर्थ कसैप्रति भक्ति गर्नु र नगर्नुले कुनै तात्विक फरक पार्दैन बरु साधनाको गहिराई (Contemplation) ले फरक पार्छ ।

योगलाई दुई भागमा विभाजित गरिएको छ, हठ र राजयोग । जो मानिसहरू हठ योगलाई ज्ञानको हिसावले के काम भनेर प्रश्न गर्छन् तर शारीरिक योगले मानसिक अवस्थामा फरक पार्दछ । त्यस्तै राजयोगले पनि व्यक्तिको शारीरिक अवस्थामा फरक पार्दछ । त्यसैले हठयोग र राजयोग एक अर्काका परिपूरक हुन अथवा एक अर्काका सहयोगी कुरा हुन । कहिलेकाही शरीर कमजोर र ज्ञान कडा अथवा शरीर कडा तर ज्ञान कमजोर हुन सक्छ त्यस्तो बेलामा एक अर्कामा अप्ठारो पनि पर्न सक्छ । तर सर्वमान्य कुरा के हो भने राजयोगको लागि हठयोग पूर्वावश्यक कुरा हो । योगले विपश्यनालाई सहयोग पुऱ्याउँछ । हठयोगले वा शारीरिक अभ्यासले शरीरलाई राजयोगको निम्ति तन्दुरुस्त वा ठीक बनाइदिन्छ । स्वस्थ मनको लागि स्वस्थ शरीर हुन आवश्यक छ त्यस्तै स्वस्थ शरीर हुन पनि स्वस्थ मन हुन जरुरी छ । हठयोगको उद्देश्य शरीरलाई वल प्रदान गर्नु, जीवन शक्ति प्रदान गर्नु, र पाचन लगायत अरू शारीरिक पद्दतिलाई बलियो बनाउनु हो । यसले शारीरिक कष्ट वा पीडालाई पनि हटाउँछ शारीरिक शुद्धीकरण गर्छ । त्यसैले दुवै हाम्रो जीवनमा अत्यावश्यक कुरा हुन । राजा जनकले सायद पहिलो पटक राजयोगबाट ज्ञान प्राप्त गर्नु भै यज्ञवल्क्यलाई सो ज्ञान र प्रज्ञा सिकाउनु भएको हुनुपर्छ । राजयोगको साधनाले सूक्ष्म ज्ञान प्राप्त गर्न मद्दत मिल्छ । यही ज्ञानले हामीलाई मुक्तितर्फ डोऱ्याउँछ (विवेकानन्द, १९२०) । राजयोग भनेकै अनुभवबाट ज्ञानप्राप्त गर्ने माध्यम हो । यस्तो ज्ञान आफूले साधना गरेपछि मात्र अरूलाई सिकाइन्छ, त्यसैले यो बढी सत्यको नजिक हुन्छ । त्यसैले यो निर्णायक अथवा निश्चित ज्ञान हो ।

अनुभवद्वारा सिद्ध अथवा आफूले अनुभव गरी अरूलाई सिकाइएको ज्ञान किताबी ज्ञान वा पैचो लिएको ज्ञानभन्दा धेरै उच्चकोटीको ज्ञान हो किनकि यो आफैंमा प्रयोगद्वारा सिद्ध गरिएको हुन्छ । ज्ञानको उत्पादनको हिसावले यो साझा अनुभवद्वारा निष्कर्ष

निकालिएकाले यो निर्णायक ज्ञान हो । जसले राजयोगको कोर्ष गर्नु भएको छैन अथवा ध्यानयोग वा विपश्यनाको कोर्ष लिनु भएको छैन भने त्यस्ता व्यक्तिहरूलाई राजयोग वा ध्यानको विषयमा बताउन कठीन हुन्छ । राजयोग वा ध्यानबाट एक किसमको ऊर्जा उत्पादन हुन्छ । यसले शरीर, हृदय, मन र आत्मालाई जोड्छ र मनमा शान्ति र हृदयमा आनन्द छाउँछ । यसले सूक्ष्म ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन समेत गर्दछ । यसले विद्या बढाउँछ र अविद्यालाई हटाउँछ । यस्तो ज्ञानले यो लोक र परलोक दुवैमा फाइदा पुऱ्याउँछ (विवेकानन्द, १९२०) ।

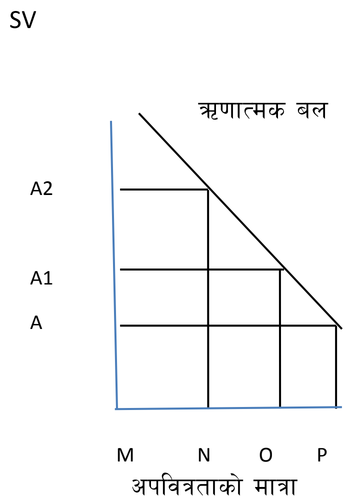
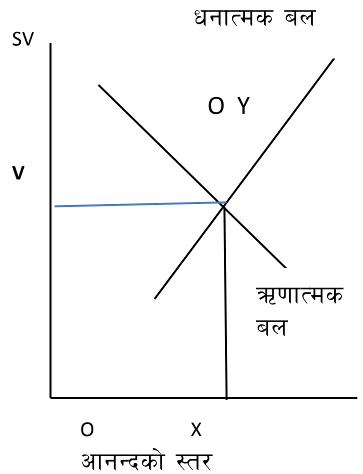
वेदान्त दर्शनको हिसावले राजयोगलाई ज्ञान योग भनेर चिनिन्छ । राजयोगको अर्थशास्त्रले सूक्ष्म ज्ञान र प्रज्ञाको उत्पादन, वितरण र उपयोगलाई समेट्छ । यसले आध्यात्मिक ऊर्जाको समेत उत्पादन गर्छ । जसले मानव मात्र नभएर सबै प्राणीलाई फाइदा पुग्छ । राजयोग वा ध्यान गर्दा हाम्रो शरीरले एक प्रकारको आध्यात्मिक ऊर्जा उत्पादन गर्छ जसले पुरै समाजलाई नै शान्ति र आनन्द दिन्छ । त्यसैले राजयोग भनेको सामाजिक वस्तु (Social goods) हो । कसरी आध्यात्मिक सूक्ष्म ज्ञानको उत्पादन गर्ने नै राजयोगको लागि मुख्य प्रश्न हो । भगवत गीताकाअनुसार कर्मयोग पनि ज्ञानतिर नै जान्छ र ज्ञान योगमा प्रवेश गर्छ । यसले ज्ञान र प्रज्ञालाई बढाउँछ । जब ज्ञान योग बढ्छ तब व्यक्तिले विभिन्न साधनाद्वारा मन भगवानमा लगाई ध्यान गर्छ, त्यसैलाई हामी अष्टाङ्ग योग भन्दछौं (प्रभूपाद, १९७२) । अष्टाङ्ग योगको उद्देश्य मनलाई साथी बनाई ज्ञानलाई सञ्चार गर्नु नै हो । मनलाई नियन्त्रण गर्न सकिएन भने ध्यान र योग समयको बर्बादी मात्र हो । जसले आफ्नो मनलाई नियन्त्रण गर्न सक्दैन, उसको लागि मन नै सबैभन्दा ठूलो शत्रु हो । उसका सबै उद्देश्यलाई विफल बनाई दिन्छ । राजयोग एउटा प्राचीन योग पद्दति वा ध्यान पद्दति हो । यसमा शारीरिक बसाई र साधनाको यही तरीका हुनुपर्छ भन्ने छैन मानिसलाई सजिलो हुने गरी जसरी बसे पनि हुन्छ । तर समाजप्रति हेर्ने तरिका, आनन्द प्राप्त गर्ने, नयाँ अनुभूतिको तरिकामा बढी जोड दिन्छ (फोर्वस, २०१२) । ज्ञानको उत्पादन र वितरण तलका उपशीर्षकहरूमा अझ वृस्तित रूपले व्याख्या गरिएको छ ।

ध्यानलाई सामान्यतयाः दुई भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ, एउटालाई "समता भावना" र अर्कोलाई "विपास भावना" भन्दछौं । समता भावनालाई हामी "समाधि भावना"को नामबाट समेत चिनिन्छ । विपास भावनालाई हामी प्रज्ञा विकास अथवा "पन्न भावना" पनि भन्दछौं । यी दुवै ज्ञान/प्रज्ञा प्राप्त गर्न र निर्वाण प्राप्त गर्न उत्तिकै आवश्यक छन् (गुणरत्न, १९९५) । यिनीहरूलाई एउटै सिक्काका दुई भाग अथवा साइकलका दुई पांग्रासँग तुलना गर्न सकिन्छ । ध्यान विना प्रज्ञा प्राप्त गर्न सकिँदैन । शान्त, एकत्रित र ध्यानमय मन नै ज्ञान प्राप्त गर्ने साधन हो । प्रज्ञा साध्य हो भने शान्त र केन्द्रित मन साधन हो । त्यसैले मानसिक क्रियाकलापबारे सचेत भई रहनु नितान्त आवश्यक छ । तपाईंको मनले दुःख र सुखको पीडा र आनन्दको अनुभव गर्छ, त्यो नै द्वैतवादले तपाईलाई समाति रहेको प्रमाण हो । मन एउटा वस्तुबाट अर्को वस्तुमा उड्छ त्यसबाट फेरी तेस्रो वस्तुमा यो सिमलको भुवा जस्तै उडीरहन्छ । सचेत नहुने र मनलाई निश्चित खाकामा नराख्ने हो भने मनलाई समातेर एउटा स्थानमा राख्न सकिँदेन (चिदानन्द, १९९१) । जब व्यक्तिले दुःख र सुखको अनुभूति गर्छ भने उसले भौतिक संसारलाई बुझ्छ । जब उसले आफ्नो शरीरभित्र र बाहिर आएका सम्वेदनाहरूलाई अनुभव गर्छ भने उसले विस्तारै ज्ञान र प्रज्ञालाई बुझ्दछ । मैत्री ध्यानले यस्तो ज्ञानको झरना हाम्रो हृदय र मनमा बगाउछ, जसले व्यक्तिलाई मात्र नभएर सारा समाजलाई नै खुशी र आनन्दको प्रवाह गर्छ । त्यसैले यो थोरै व्यक्तिगत साधना र बढी सामाजिक साधना हो । जसले पुरै समाजलाई परिवर्तन गरिदिन्छ । त्यसैले यसलाई Global good भनेर परिभाषित गरिएको छ ।

१०.२ ध्यानको शक्ति वा ऊर्जा

ध्यानको बेला आफूले पहिला गरेका नकारात्मक कुराहरू जस्तो कि रिस, लोभ, मोह, अहम्पन, घमण्ड जस्ता कुराहरू हाम्रो मनमा आउँछन् । यसो हुनु भनेको आत्माले आफू र आफ्ना शरीरलाई खोज्ने र क्रियाकलापहरू पत्ता लगाउने कार्य गरेको हो । यस्ता कुराहरू मनभित्र पलाउनु भनेको आत्माले आफैंले आफूलाई र शरीरलाई चिनीरहेको छ भन्ने कुराको जानकारी गराएको हो । हाम्रो चिनारी भनेको नाम, शरीरको रूप, अंग प्रत्यङ्ग होइनन् असलमा अनन्त चलिरहने जीवात्मा हो । तर

हामीले यो कुरा बिर्सिइरहेका हुन्छौं । त्यसैले प्रकृतिमाथिको अपवित्रता (लोभ, दोष, मोह र आडम्बर) सँग प्रतिक्रिया गर्छ र विद्युतीय कम्पन निकाल्छ र अपवित्रता र फोहरहरूको विनाश गर्ने तर्फ उन्मुख हुन्छ । ध्यानको एउटा वरदान वा उपहार के हो भने यसले आत्मामा रहेका सकारात्मक गुण वा ऊर्जालाई खोली दिन्छ (फोर्बस, २०१२) । त्यसलाई हामी धनात्मक बल भन्दछौं । धनात्मक बल भनेको प्रेम, मैत्री, क्षमा, दानशीलता र परोपकारी कार्य आदि हुन् । धनात्मक बलले हृदय र मनमा रहेका ऋणात्मक बललाई ठक्कर दिन्छ । त्यसबाट कम्पन हुन्छ र आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन हुन्छ । ध्यानको समय र ध्यान केन्द्रितताको वृद्धि (concentration) सँगसँगै धनात्मक बल अझ बलियो हुँदै जान्छ । त्यसले विस्तारै हाम्रो हृदय र मनमा रहेको ऋणात्मक बललाई कमजोर बनाइदिन्छ र अन्त्यमा त्यस्तो ऋणात्मक बललाई मन र हृदयबाट हटाइदिन्छ । अझ स्पष्ट रूपमा भन्नुपर्दा ती अपवित्रताहरूलाई हृदय र मनबाट हटाइदिन्छ । यिनै ऋणात्मक र धनात्मक बलले आध्यात्मिक ऊर्जाको उत्पादन गर्छन । त्यसलाई नै हामी 'सचेतना' (Consciousness) शक्ति वा खुशी र आनन्दको शक्ति भन्दछौं । ध्यान शीविर सकिएपछि मानिसको आन्तरिक हृदय र मुहारमा छुट्टै किसिमको आनन्दको सञ्चार भएको हुन्छ, त्यो नै खुशी र आनन्दको शक्ति हो । जब व्यक्तिको हृदय र मनबाट अपवित्रता हट्छ, त्यसपछि आध्यात्मिक आनन्द स्वतः प्रष्फुटन हुन्छ । शान्ति र आनन्दको मुहान फुट्छ । यसैलाई अर्थशास्त्रीय भाषामा आनन्दको बर्षा वा आनन्दको उत्पादन भन्दछौं । अर्का विचारकहरू भन्नुहुन्छ कि जब हृदय, मन र आत्माको मिलन हुन्छ, आत्माले मन र हृदयमा आध्यात्मिक शक्ति प्रवाह गर्छ र त्यही शक्तिले मन र हृदयमा रहेका अपवित्रतालाई नष्ट गरिदिन्छ । जीवात्मा परमात्माकै अंश भएकाले जुन शक्ति हामीले ध्यान गर्दा पाउँछौं । त्यसको अन्तिम स्रोत भनेको परमात्मा नै हुन । परमात्मा, पुरुष, उच्चतम शक्ति केन्द्र जे नाम दिए पनि त्यो एउटै शक्तिको स्रोत हो (छान्दोग्य उपनिषद) । माथि व्याख्या गरेअनुसार ऋणात्मक क्रियाकलापले ऋणात्मक बल बढाउँछ भने धनात्मक क्रियाकलापले धनात्मक बल । यिनै धनात्मक र ऋणात्मक बलहरूले आनन्दको स्तर निर्धारण गर्छ अथवा गुणात्मक र मात्रात्मक आनन्द उत्पादन गर्छन् ।

चित्र 23A: ध्यान ऊर्जाको उत्पादन ।	चित्र 23B: आनन्दको उत्पादन ।
	

नोट-SV भनेको आध्यात्मिक हो ।

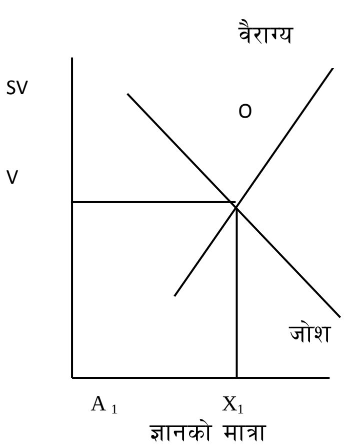
आनन्द र अपवित्रताबीच उल्टो सम्बन्ध छ, अपवित्रताको मात्रा बढ्यो भने आनन्द घट्छ र अपवित्रताको मात्रा घटयो भने आनन्द बढ्छ । जब मनमा अपवित्रताहरू बढ्छ हाम्रो मनमा आनन्द स्वत: घटछ । जस्तो कि अपवित्रताको मात्रा 'P' मा हुँदा आध्यात्मिक सबैभन्दा तल 'A' बिन्दुमा थियो । जब अपवित्रताहरू 'P' बाट घटेर 'O' मा पुग्छ त्यसबेला आध्यात्मिक मूल्य 'A' बाट बढेर 'A1' मा आइपुग्छ जुन मध्यम स्तरमा रहेको हुन्छ । जब अपवित्रताको मात्रा 'O' बाट अझ घटेर 'N' मा आइपुग्छ तब आध्यात्मिक मूल्य 'A1' बाट बढेर उच्चतम बिन्दु 'A2' मा आइपुग्छ (चित्र 23 A) । त्यस्तै चित्र 23 B ले आध्यात्मिक ऊर्जाको मात्रा कसरी वृद्धि हुन्छ त्यो देखाउँछ। हामी ऋणात्मक बललाई ‘अपवित्र’ बल र धनात्मक बललाई ‘पवित्र’ बल पनि भन्दछौं । यी दुई बलले नै ध्यान ऊर्जाको परिमाण निर्धारण गर्छन् । चित्र 23 B मा ऋणात्मक र धनात्मक बल 'O' बिन्दुमा एक आपसमा काटिन पुग्छन् र 'OX' परिमाणमा ध्यान ऊर्जाको उत्पादन गर्छ र 'V' बिन्दुमा आध्यात्मिक निर्धारण गर्छन् ।

ध्यानले मनमा शान्ति र आनन्दको संचार गर्छ । जसले यो बुझेको छन् उनीहरू दैनिक ध्यान गर्दछन् । चित्र 23 B ले आनन्द र ध्यान बीचको सम्बन्ध देखाएको छ । तर निर्वाण प्राप्त गरेपछि ऋणात्मक बलको अस्तित्व सकिन्छ । त्यसैले लोभ, मोह र द्वेष ती व्यक्तिको हृदय र मनमा हुँदैन । न त धनात्मक बल नै हुन्छ न ऋणात्मक । किनकि धनात्मक र ऋणात्मक दुवै क्रियाकलापबाट ऊ मुक्त हुन्छ । अर्को अर्थमा ऊ संसारिक क्रियाकलापबाट मुक्त हुन्छ । त्यो बेला आध्यात्मिक बलभित्रबाट बाहिर आउछ, र सामाजिक बलमा रुपान्तरण हुन्छ ।

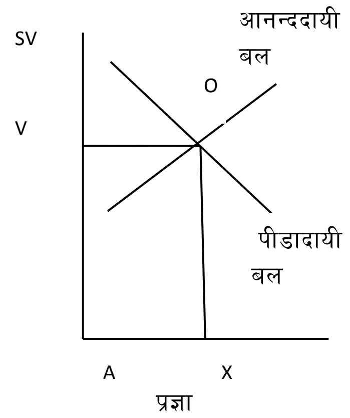
धेरैले भन्दछन् कि जोश आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा हुनु हुँदैन । अथवा जोश भनेको प्रवृत्ति मार्गको कुरा हो । आध्यात्मिक क्षेत्रमा नैराश्य र वैराग्य हुनुपर्छ । तर युवा अवस्थामा जोश हुन आवश्यक छ । यदि जोश जाँगर नै छैन भने केही पनि विकास हुन सक्दैन । जोश जाँगर र आध्यात्मिक बीच नकारात्मक सम्बन्ध हुन्छ । जब व्यक्तिमा जोश जाँगर बढेर आउँछ तब आध्यात्मिक मूल्य घट्छ तर नैराश्यता बढ्यो भने आध्यात्मिक मूल्य बढ्छ । चित्र 24 A मा जोश र नैराश्यता बलहरू 'O' बिन्दु मा एकअर्कामा काटिन पुग्छन् र X_1 मात्रामा हृदयमा मैत्रीको उत्पादन गर्छन् । कति आध्यात्मिक र कति मात्रामा मैत्रीको उत्पादन गर्ने भन्ने कुरा जोश र निरास बलहरूले निर्धारण गर्दछन् । जोशबिनाको नैराश्य बलले आध्यात्मिक शक्ति उत्पादन गर्न सक्दैन । त्यसैले वीर्य पारमिताको महत्व छ ।

धेरै उपासक उपासिकाले योग शीविरमा प्रशिक्षकलाई आनन्दकोसट्टा पीडाको सिकायत गर्छन् । तर बुझ्न के जरुरी छ भने आनन्द र पीडा दुवै बल ज्ञान आर्जन गर्न र प्रज्ञा पाउन उत्तिकै जरुरी छन् । यो ज्ञानको नियम नै हो । आनन्द र पीडा दुवै तुलनात्मक कुरा हुन्, पीडाबिनाको आनन्द मापन गर्न कठीन हुन्छ । यिनै पीडा र आनन्दका बलहरूले गर्दा नै हामीलाई प्रज्ञा प्राप्त हुन्छ । भगवान बुद्धले धेरै प्रज्ञा प्राप्त गर्नुभयो किनकि वहाँले दरबारमा धेरै आनन्द पाउनु भयो र ज्ञान प्राप्त गर्ने सिलसिलामा धेरै दुःख पनि पाउनु भयो । त्यसैले वहाँले धेरै प्रज्ञा प्राप्त गर्नुभयो । (चित्र 24 B) ।

चित्र 24A:. मैत्रीको उत्पादन ।



चित्र 24B:. प्रज्ञाको उत्पादन ।



नोटः-SV भनेको आध्यात्मिक मूल्य हो ।

यदि हामीमा थोरै दुःख र थोरै सुख छ भने हामीले प्राप्त गर्ने प्रज्ञा पनि थोरै नै हुन्छ। सुख र दुःख सँगसँगै आउँछन्, दुःख बिना सुख प्राप्त हुँदैन । दुबै नभई प्रज्ञा प्राप्त हुँदैन ।

ध्यानका फाइदालाई जेन बुद्धिष्टहरूले सूचिकृत गरी १०० वटा फाइदालाई सूचिमा समेटेका छन् । जसमध्ये धेरै जसो आध्यात्मिक फाइदासँग सम्बन्धित छन् भने केही भौतिक र मनोवैज्ञानिक फाइदासँग सम्बन्धित छन् ।

१०.३ ध्यानका फाइदाहरू

ध्यानका धेरै फाइदाहरू छन् । सबैलाई समेट्न त सकिँदैन तर पनि मुख्य मुख्य फाइदालाई चार भागमा विभाजन गरी तालिकामा समूहकृत गरिएको छ (तालिका ५) ।

जो ध्यान गर्छन उनीहरूले शरीर, मन र आत्माका विषयमा अझ बढी बुझ्दछन् । आध्यात्मिक विश्रामको विषयमा गहिरो गरी बुझ्नसक्छन् । भित्री बाचा र आश्वासन बारे गहिरो चेतनाको अनुभव

हुनेछ । भित्री मार्ग निर्देशनको अनुभव हुनेछ । त्यस्तै व्यवहारमा पनि क्रमिक रूपमा सुधार आउने छ । उसले क्षमा दिन सुरुगर्छ, त्याग गर्न सुरुगर्छ, दान दिन सुरुगर्छ । मनमा शान्तिप्राप्त गर्ने किसिमले आफ्ना क्रियाकलापहरू संचालन गर्छ । जीवनको उद्देश्य सार्थक बनाउन प्रयास गर्छ मैत्री र प्रेम बढाउँछ र आत्मा साक्षत्कार वा परिनिर्वाण प्राप्त गर्न योगदान गर्छ । यसले आध्यात्मिक वृद्धिमा योगदान दिन्छ । आफू र अरूलाई गहिरो गरी बुझ्न सहयोग गर्छ । शरीर, मन र आत्मा बीच तादम्यता राख्छ ।

तालिका ५ : ध्यानका आध्यात्मिक फाइदाहरू

बुझाइ	अनुभव	व्यवहार परिवर्तन	प्रतिफल
आफू र अरूलाई गहिरो रूपमा बुझ्ने	एक/अद्वैत बारेको अनुभव	पछि सम्म लाभ हुने गरी कर्तव्य गर्ने सहयोग गर्ने	मनमा शान्ति र हृदयमा आनन्द छाउने
माथिल्लो शक्ति केन्द्र र भगवान र तपाईबीचको सम्बन्ध	भित्री चेतनाको प्रत्याभूति बारे अनुभव	तपाईको उद्देश्य पत्ता लगाउन सहयोग गर्ने	जीवनप्रतिका दृष्टिकोण परिवर्तन
अहम्पन बाहेका शक्ति र सचेतना पत्ता लगाउनु	बृहत भित्री निर्देशन बारेको अनुभव	आफैलाई स्वीकार गर्नु र मैत्रीभाव राख्ने व्यवहार बढाउने	शरीर मन र आत्मा सामन्जस्य
प्रेमको फराकिलो र गहिरो परिभाषा बुझ्नेक्षमता	गहिरो तहसम्मको आध्यात्मिक विश्रामको अनुभव	क्षमा दिनसिक्ने	आत्म साक्षात्कार बढ्ने
बाँच्नका लागि सहयोग	आध्यात्मिक वृद्धिको अनुभव	दानदिने इच्छागर्ने	निर्वाण प्राप्त गर्ने

स्रोतः यो सूची फ्रेडरिक प्रेमजीद्वारा संकलित सूचीको आधारमा समूहकृत गरिएको हो ।

यसले आध्यात्मिक विश्रामलाई बढोत्तरी गर्छ । आफैंलाई बुझ्न र आफैंलाई स्वीकार गर्ने परिपाटी बसाल्छ । क्षमादान दिन सुरु गर्छ ।

आफू र भगवानका बीच गहिरो सम्बन्ध स्थापना गर्छ । अन्त्यमा गएर परिनिर्वाण प्राप्त गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ ।

१०.४ ध्यानका सामाजिक फाइदाहरू

ध्यानले मानिसको व्यवहार परिवर्तन गरी अपराधी क्रियाकलापहरू रोक्न महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्दछ । कैदीहरूको व्यवहारमा परिवर्तन ल्याउन भारतका कारागारभित्र ध्यानसाधना गराइन्छ । जसले विपश्यना ध्यानको साधना गर्छन् उनीहरूले गर्न सक्ने अपराधप्रतिको झुकाव (Criminal propensity score) विपाश्यना नगर्ने व्यक्तिको तुलनामा घटेको पाइन्छ । त्यसैले यो भन्न सकिन्छ कि विपाश्यना साधनाले व्यक्तिको अपराधप्रतिको झुकाव घटाउँछ । त्यसैकारण भारत, नेपाल, श्रीलंकाका धेरै कारागारभित्र विपाश्यना ध्यानसाधनाबाट लागु औषधि र मादक पदार्थको सेवनमा गिरावट आएको छ । यसले पुरानो अपराधिक बानी पुनः दोहोऱ्याउने बानी, मनोरोग सम्बन्धित समस्याहरू र लक्षणहरूमा कमी आएका छन् । उनीहरूमा राम्रो बानीहरु बढ्दै गइरहेका छन्, कारागार प्रशासनलाई राम्रो सहयोग गर्ने बानीको विकास भएको छ र आफ्नो गल्ति स्वीकार गर्ने बानी बसेको छ । विपासनालाई एउटा सामाजिक र मनोवैज्ञानिक रूपले सुधार गर्ने साधनाको रूपमा अथवा उपचार वा थेरापीको रूपमा स्वीकार गरिएको छ । 'किंङ काउन्टी जेल' मा यसलाई व्यवहार सुधार गर्ने परियोजनाको रूपमा लागु गरिएको छ र कैदीहरूमा गरिएको ाङ्कनले उनीहरूको बानी व्यहोरामा राम्रो परिवर्तन आएको देखाएको छ । त्यसैले १० दिने विपाश्यना ध्यानलाई देशव्यापी रूपमा गराउने पहल सुरु भएको छ । विपाश्यना ध्यानले मादक पदार्थ र लागु औषधि प्रयोगमा पुरानो अपराधिक बानी पुन दोहोऱ्याउनेमा के कस्तो प्रभाव पाऱ्यो भनी गरिने वृहत्तर ाङ्कनको हामी पखाईमा छौं । नेपालको सन्दर्भमा जेलहरूमा ध्यानको आयोजना गरिन्छ । यसको अलवा डिप्रेसिभ सिन्ड्रोम (उदास हुने लक्षण), एक प्रकारको मानसिक विराम कम गर्ने साधनका रूपमा प्रयोग भइरहेको छ । यसलाई डिप्रशन रोगको उपचारको लागि सिफारिस गरिएको छ (अधिकारी, २०१३) ।

यस्तै एउटा अर्ध प्रयोगात्मक अध्ययनले यो देखाएको छ कि सुरुको रेटिङको तुलनामा विपाश्यना पछिको अन्तिम रेटिङमा उल्लेखनीय रूपमा विद्यार्थीहरूको ध्यान केन्द्रित गर्ने क्षमता नियन्त्रित समूहको तुलनामा केश समूहमा राम्रो परिवर्तन आएको छ। प्रतिबिम्बक ध्यान केन्द्रित गर्ने सीप (Reflective attention skills) मा उल्लेखनीय रूपमा सुधार भएको छ, जुन अरू कन्ट्रोल र तुलना गर्ने समूहमा थिएन । यसको साथै उनीहरूमा साथीहरूलाई सहयोग गर्ने क्रियाकलापहरू रिट्रिटको (काम छोडेर टाढा गई गरिने मनोरञ्नात्मक क्रियाकलाप) क्रममा देखाए । आवेगलाई व्यवस्थापन गर्ने अवधारणामा सुधार भयो । त्यस्तै विपाश्यना ध्यानप्रति उनीहरूमा सकारात्मक दृष्टिकोण रहेको पाइयो । उनीहरूको ध्यान केन्द्रित अरू समूहको भन्दा धेरै नै राम्रो थियो । त्यस्तै उनीहरूमा अरू कसैलाई हैरान पार्ने स्वभाव वा बानीमा पनि कमी आयो (पेरेलमान र अरू, २०१२) ।

माथिका वैज्ञानिक तथ्यहरू र अनुभवले देखाउँछन् कि ध्यानले तनाव घटाई, मन केन्द्रित गराई र सृजनशीलता बढाई, सामाजिक सम्बन्ध र बौद्धिकता बढाई सफलता प्राप्त गर्न सहयोग मिल्छ ।

ध्यानले शारीरिक प्रक्रियामा पनि फरक ल्याउँछ । भावातीत (ट्रान्सकेन्डेन्टल) ध्यानको बेला अक्सिजनको उपयोगमा कमी, छालाको विरोध गर्ने वा अस्वीकार गर्ने गुण बढेको, र ई.ई.जी.को तरङ्गमा केही परिवर्तन ल्याएको थियो । ध्यान शुरु भएको ५ मिनेटभित्र अक्सिजनको उपभोगमा कमी आयो (सुतेको अवस्थाको तुलनामा) । त्यस्तै यसले ६/७ घन्टा मस्तले निदाएको अवस्थामा भन्दा ५ प्रतिशत अक्सिजनको उपयोगमा कम गरिदियो । कार्डिक आउटपुटको औसतमा २५% कमी ल्यायो जबकि सुत्दा कार्डिक आटउपुटमा २०% मात्र कमी हुन्छ । अक्सिजनको उपयोग दर रक्त सञ्चारको दर र रक्त कर्णले अक्सिजन लिने दरमा निर्भर पर्छ । हृदय गतिको दरमा प्रति मिनेट ५ धड्कन कम हुन गयो । छालाको अस्वीकार गर्ने दर (जी.एस.आर.) २५०%, वढ्न गई ५००% सम्म पुग्यो । तुलनात्मक रूपमा हेर्दा यो ठूलो परिवर्तन हो किनकि सुतेको बेला यो १०० देखि २०० % मात्र पुग्छ । जसले ध्यान

गरे उनीहरूमा झर्किने समस्या कम थियो जबकि ध्यान नगर्नेहरू बढी झर्केन्थे (वालिएस, १९७०, भावुक, २०११ मा उल्लेख भएको) ।

१०.५ ध्यानका मनोवैज्ञानिक फाइदाहरू

विरामीमा ध्यानको असर देखिएको छ । उपासक उपासिकाहरूमा विपाश्यना ध्यानबाट सकारात्मक मनोवैज्ञानिक असर परेको छ । यसले हृदय रोग सुधार गर्न (Cardio- vascular diseases) पनि मद्दत पुऱ्याउँछ । हृदय र रक्त सञ्चारका नशाामा हुने अप्ठ्यारा रोगलाई पनि यसले कम गराउँछ । यसले आवेगलाई नियमन गर्छ र हृदय गतिमा आउने तल माथिलाई (disorder)पनि ठीक पार्दछ (क्राइजीयर र अरू, २०१३) ।

ध्यान नदिएर र बिर्सने बानीका कारण चेतनामा आउने असफलतालाई समेत ठीक गर्न यसले योगदान दिन्छ । कुनै वस्तु राखेको ठाउँमा नभेट्ने, काम गर्दा धेरै गल्ति गर्ने दर (स्कोर)लाई पनि विपश्यनाको साधनाद्वारा तल झार्न सकिन्छ । विपाश्यना नगर्नेको तुलनामा विपासमा गर्ने व्यक्तिमा त्यस्तो बिर्सने दर (स्कोर) तल झरेको छ (लिकिनस र वायर, २००९) । धेरै परीक्षणहरू र अनुसन्धानहरू खास गरिकन ध्यान केन्द्रित गरी तनाव घटाउने विधिका नतिजाहरूलाई पर्खी रहेका छन् । दया र प्रेमपूर्ण ध्यान (Loving-kindness meditation) र मैत्री ध्यानको तुलनात्मक अध्ययनको क्रममा ३४२ अनुसन्धानात्मक लेख र २० वटा अध्ययनहरूको तथ्याङ्कको आधारमा हालसम्म प्राप्त नतिजाहरू केवल सुझाव दिन सकिने खालका मात्र छन् निर्णायक वा सिफारिस गर्न लायक कम मात्र छन् । निर्णयात्मक कुराहरू दया र प्रेमपूर्ण ध्यान र मैत्री ध्यानले (१) मनोवैज्ञानिक दुःख वा तनावलाई घटाएको छ, (२) सकारात्मक सोचाइको विकास भएको छ (३) अन्तरव्यक्ति सम्बन्धको विकास भएको छ (४) सहानुभूति बढेको छ । यी विषयको पुनरावलोकन र समीक्षाबाट यो निष्कर्षमा पुगिएको छ कि धेरै मनोवैज्ञानिक समस्याहरूलाई उपचार गर्न विपासना, दया र प्रेमपूर्ण, र भावातीत साथै मैत्री ध्यान उपयोगीसिद्ध भएका छन् ।

१०.६ ध्यानका आर्थिक फाइदाहरू

ध्यानको आर्थिक पक्ष आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको क्षेत्रभित्र पर्दैन तर पनि ध्यानको सम्पूर्ण फाइदा उपासक उपासिकामा होस् भन्ने उद्देश्यले केही मुख्य– मुख्य आर्थिक फाइदाहरूलाई स्थान दिइएको छ। यसले व्यक्तिको ध्यानलाई औद्योगिक उत्पादनमा केन्द्रित गर्छ। जसका कारण औद्योगिक उत्पादन बढ्न जान्छ। यही कुरालाई विचार गरी धेरै कम्पनिहरूले आफ्नो उत्पादन बढाउन कम्पनीभित्र ध्यान कक्षको निर्माण गरेकाछन्। आफ्ना कामदारलाई केही समयका लागि ध्यान गर्न अनुमति प्रदान गरेकाछन्। ध्यानका कोर्षहरूको लोकप्रियता दिनप्रति दिन बढ्दै गइरहेको छ। उद्योगहरूमा यस्ता कोर्षहरूको माग बढी रहेको छ, त्यसैले योगका कोर्षहरू बढ्दै गइरहेका छन्। यस्ता कोर्षहरू १० दिन देखि ८ हप्तासम्मका बढी संचालनमा रहेका छन्। वाल स्ट्रिट फाइनान्स कम्पनीहरूले आफ्ना कामदारहरूलाई यस्ता कोर्ष लिन उत्साहित बनाउँछन्। हाम्रो जीवन व्यस्त छ हामी काममै र जिम्मेवारीमै तल्लीन हुन्छौं। त्यसैले चिन्ता बढ्दै जान्छ। ध्यानले हाम्रो मनलाई शान्त बनाउँछ र कामलाई अझ राम्रोसँग सम्पन्न गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ (लार्सन, २०१५)।

हरेक व्यक्तिहरूले दैनिक जस्तो केही न केही तनाव भोग्नुपर्छ। यस्ता तनावले अक्सर रोगसँग लड्ने शक्ति कम गराउने समस्या (Auto immune diseases), उच्च रक्तचाप, हृदय रोग र उदासिन हुने रोगलाई (Depression) निमन्त्रणा गर्दछ। ध्यानले मन र शरीरमा रहेको तनावलाई कमगर्छ। जसलाई 'अपवित्रता उडाउने' प्रक्रिया पनि भन्दछौं। अझ यसले आफ्ना इच्छा र चाहनालाई सीमित गर्ने भएकाले मानिस सधैं स्वस्थ र खुशी रहन्छ (सोनिन र अरू, २०१४)। रोगहरूले नकारात्मक प्रतिफलतिर लैजान्छन् जस्तो मृत्यु, असक्तता, आर्थिक नोक्सानी र उत्पादन र उत्पादकत्वमा ह्रास। प्रमाणह्ररुले यस्तो देखाएका छन् कि ८ हप्ताको मनलाई केन्द्रित गर्ने (Mind fullness meditation) तालिम पछि दैनिक जीवनमा ध्यान केन्द्रित गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ। यसबाट आवेश नियमन गर्ने उपचार प्रक्रियामा राम्रो प्रभाव देखिएको छ (रोविन्स र अरू, २०१२)।

यसले हाम्रो मस्तिष्कमा रहेका नचाँहिने फाइलहरू र फोल्डरहरूलाई मेटाउँछ । नचाँहिने कुराहरू र काम नलाग्ने सूचनाहरूका वन्डललाई (Junk mail) नष्ट गरीदिन्छ र मनमा रहेका अपवित्रता र फोहरलाई सफा गर्छ । यदि मन शुद्ध र सफा रह्यो भने व्यक्तिको उत्पादकत्वमा वृद्धि हुन्छ । धेरै ठूला र माथिल्लो स्थानमा रहेका कम्पनीका उच्च व्यवस्थापन समूहले आफ्नो कम्पनीको उत्पादकत्व र उत्पादन बढाउन आफ्ना कर्मचारीहरू र कामदारहरूलाई ध्यान गर्ने सल्लाह र सुझाव दिन्छन् । राम्रो ध्यान केन्द्रित होस् भन्ने आकांक्षाले केही उच्च व्यवस्थापनहरू आफै ध्यान गर्न जान्छन्, जसबाट ती व्यक्तिहरूको हातमा धेरै सफलता प्राप्त भएको पनि छ । राय दालियोका कार्यकारीहरू, ब्रिजवाटरका संस्थापक, फोर्ड मोटर कम्पनीका मालिक विल फोर्ड, न्यूज क्रपका रूपर्ट मुर्दोश, डेफ जाम रिकर्डका रुसल सिमोन्स, ओफ्रा बुझ्न फ्रि र अरिन्ना हुफिङटन जस्ता उच्च व्यवस्थापक र कम्पनी मालिकहरू ध्यानका पक्षमा बोल्ने प्रवक्ता बन्नपुगेका छन्, साथै उनीहरू ध्यानका लागि जनमत निर्माण गर्न वकालत गर्ने व्यक्ति बन्न पुगेका छन् । हालका नाम चलेका भाग्यमानी ५०० कम्पनिहरू जस्तो कि गुगल, एप्पल, एओएल, ग्रिन माउन्टेन र कफि रोष्टरले आफ्ना कामदारका लागि ध्यानका कक्षाहरू सञ्चालन गरेका छन् (लार्सन, २०१५) । ध्यानका फाइदाहरू जानेर नै धेरै वर्मेली, श्रीलङ्काली, भारतीय र नेपाली कम्पनीहरूले पनि आफ्ना व्यवस्थापकहरूलाई ध्यानका कोर्ष लिन प्रोत्साहन दिन्छन् । सार्वजनिक क्षेत्रमा पनि भारतीय प्रशासन सेवाका अधिकृतहरू, नेपाल प्रशासन सेवाका अधिकृतहरूको कार्य सम्पादनमा सुधार ल्याउन र भविष्यमा राम्रो नेतृत्व विकास गर्ने हेतुले ध्यानका कोर्षको आयोजना गरिएका छन् ।

१०.७ सन्दर्भसूची

अधिकारी, के. (२०१२). चिन्ता र उदासीनतामा विपासनाको प्रभाव बारेको अध्ययन । अन्तर्राष्ट्रिय मनोविज्ञान र व्यावहारिक विज्ञानको जर्नल २(६) २७४-२७६ ।

भावुक, डि.पी.एस. (२०११). भारतमा आध्यात्मिकता : सधै बढी रहने पिपलको बोट । आध्यात्मिकता र भारतीय मनोवैज्ञानिक विज्ञान अन्तर्राष्ट्रिय र सांस्कृतिक मनोविज्ञान, पेज २५-४५ । http://link.springer.com/chapter/10.1007%2F978-1-4419-8110-3_2

चिदानन्द (१९९१). राजयोग बारे प्रवचन । डिभाइन लाइफ सोसाईटी भारत ।

अर्नेष्ट भेला (मिति नखुलेको). तुलनात्मक धर्म । www.comparativereligion.com

फोर्वस, आर. (२०१२) ध्यानको हाते पुस्तिका । www.bkdrluhar.com/00.../190.%20Handy%20Book% 20of%20 Meditation .pdf

फ्रोन्सदल (२००६). ध्यान केन्द्रित ध्यान बुद्धिष्ट साधना । http://www.insightmeditationcenter.org/books-articles/articles/mindfulness-meditation-as-a-buddhist-practice/

गुणरत्न, एच. (१९९५). थेरावाद बुद्धिष्ट ध्यानको झरना । http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/gunaratana/wheel351.html#ch1.1

लार्सन, आर. (२०१५). उत्पादकत्व सुधार ल्याउने ध्यानका १० वटा वाटाहरू । http://tech.co/10-ways-meditation-improves-productivity-2015-07

खुरान, ए. (२०००). जीवनस्तरमा विपाश्यना ध्यानको असर विषयगत स्वस्थ, तिहार कारागारमा रहेका कैदीहरूमा अपराधी झुकाव । विपाश्यना अनुसन्धान इन्टिच्युट अफ टेक्नोलोजी, दिल्ली । http://www.vridhamma.org/Research-on-inmates-of-Tihar-Jail-Delhi

क्राइजीपर, जे.आर., हेर्थस, जे.ए., सास्रेस्तनी, एस., एवोट., एम, क्रस, जे.जे., केम्प, ए. (२०१३). ध्यान स्वास्थ्य र हृदय गतिको फेरवदलता : इन्टेन्सिभ विपासनाको प्रभावको प्रारम्भिक अनुसन्धान । साइको फिजिओलोजीको अन्तर्राष्ट्रिय जर्नल ८९ (२०१३) ३०५-३१३ ।

लाइकिन, ई.एल.वी., वायर, आर.ए. (२००९). केन्द्रित ध्यानका उपासक उपासिकाहरूमा मनोवैज्ञानिक कार्यान्वयन । कगनिटिम साइको थेरापीको जर्नल (२३) २२६-२४१ ।

निखिलानन्द (१९५९). उपनिषदहरू, तैतेरीया र छन्दोग्य, भाग ४, हार्पर ब्रदर्श प्रकाशक, न्यूयोर्क ।

http://www.estudantedavedanta.net/Swami%20Nikhilananda-The-Upanishads-Volume-IV.pdf

पेरेलमान, ए.एम., मिलर, एस.एल. सेल्मेन्ट, सी.वी. रोड्रिज्यूज, ए., एलेज, के., र चाभनउघ, आर (२०१२). डिप साउथ जेलमा ध्यान : विपासनको असर बारे गरिएको दीर्घकालीन अध्ययन । आक्रमणकारीको पुनस्थापना जर्नल ५१(३) : १७६-१९८ ।

प्रभूपाद (१९७२). भगवात गीता यथारूप, पूर्ण संस्कार कोलियर म्याकमिलन प्रकाशन, लण्डन ।

रोविन्स, सी.जे., केङ., एस.एल., एकल्वाड, ए.जी., वेन्टली, जे.जी. (२०१२). आवेश अनुभव र अभिव्यक्तिमा तनाव घटाउन विचारपूर्वक गरिने ध्यान । एउटा वैज्ञानिक नियिनत्रत परीक्षण । क्लिनिकल साइकोलोजीको जर्नल, ६८:११७-१३१ ।

सोनिन, ई. कोर्डन, डब्लु, भी. कम्पेयर, ए., जान्जेन, एम., ग्रिफिफ्तस्, एम.डि. (२०१४). साइको प्याथोलोजी उपचारमा बुद्धिष्टबाट ल्याइएको दया र प्रेमपूर्वक र मैत्री ध्यान पद्दतिगत समीक्षा, ६(५) ११६१-११८० ।

विवेकानन्द, (१९२०). राजयोग बारे स्वामी विवेकानन्दको प्रवचन साथै पतन्जलीको सूत्रहरू, टिप्पणी र शब्दार्थहरू, व्रेनटानोजस, न्यूयोर्क ।

विवेकानन्द (१९४७).राजयोग, आन्तरिक प्रकृति माथिको विजय अद्वैत आश्रम।

विवेकानन्द (२०११). पतञ्जलीको योग सूत्रहरू, डुन्कन वैरड प्रकाशन । https://itunes.apple.com/mx/book/the-Yoga-sutras-of-patanjali/id491131405?l=en&mt=11

संघरशिता (मिति नखुलेको). धम्मपद । सत्यको बाटो पालीबाट अनुवादित विण्डहर्स प्रकाशन ।

अध्याय एघार
आध्यात्मिक लगानि

"ज्ञानमा लगाएको लगानिले सधैं सबैभन्दा राम्रो व्याज दिन्छ।"

वेन्जामिन फ्रंकलिन

११.१ आध्यात्मिक लगानिको अर्थ

आध्यात्मिक ज्ञानको उत्पादन र वितरण गर्न समयको लगानि नै मूल्यवान स्रोत र साधन हो। आध्यात्मिक अर्थशास्त्र भनेकै ज्ञानको उत्पादनमा लगानि गर्नु हो। यदि कसैले धेरै समय भौतिक संसारमा लगायो भने उसले थोरै समयमात्र आध्यात्मिक संसारको लागि लगानि गर्नसक्छ। जसले वस्तु र सेवा प्राप्त गरी खुशी हुन चाहन्छ भने उसले आफ्नो धेरै समय भौतिक वस्तुको उत्पादन र वितरणमा खर्च गर्छ। भौतिक संसारमा कसैले लगानि गरेको छ भने त्यसको लाभ वा नाफा तुरुन्त प्राप्त हुन्छ तर आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा लाभांश (Dividend) कहिले र कस्तो रूपमा आउँछ त्यो यकिन गर्न सकिँदैन। त्यसैले लगानि गर्दा प्रतिफलको आशा गर्नुहुन्न। प्रतिफल तुरुन्त पनि पाइन्छ, केही समयपछि र कहिले त अर्को लोकमा मात्र प्राप्त हुन्छ। त्यसैले आध्यात्मिक क्षेत्रमा गरिएको लगानिको प्रतिफल भविष्यवाणी गर्न सकिँदैन। भौतिक अर्थशास्त्रमा जस्तो स्रोत साधनको अभाव आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा हुँदैन। यसमा त व्यक्तिको सम्मानको मात्र अभाव हुन्छ। आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा आन्तरिक प्रचुरता हुन्छ। त्यसैले समयको रोजाइ भौतिक कि आध्यात्मिक संसारमा लगाउने महत्वपूर्ण हुन्छ। त्यसैले यहाँ समयलाई लगानिको रूपमा लिइएको छ खर्च होइन।

भगवत गीताका अनुसार पवित्र कर्मलाई आध्यात्मिक लगानिको रूपमा लिइएको छ। जसरी कृषकले वीऊलाई लगानिका रूपमा लिन्छ खर्चको रूपमा लिँदैनन्। त्यसैगरी पुण्य कर्मलाई आध्यात्मिक लगानिको रूपमा लिइन्छ। कृषकले बढी उत्पादन गर्न वीऊ खेतमा छर्छन्। त्यसगरी व्यक्तिले धेरै पुण्य प्राप्त गर्न पुण्यकर्म गर्दछ। पुण्य आध्यात्मिक लगानि हो।

उपनिषदमा पनि पुण्य कर्मलाई आध्यात्मिक लगानिको रूपमा परिभाषित गरिएको छ। यदि कसैले पुण्यकर्म गरेको छ भने उसले यो लोक र परलोकमा फाइदा पाउँछ (परमानन्द, १९१९)। तपाईको लगानिको लाभांश अथवा व्याज सहित फाइदा अनिवार्य रूपमा पाउनु हुनेछ तर कहिले त्यो घनादेश वा ज्ञानादेश प्राप्त हुन्छ त्यो चाँहिँ भविष्यवाणी गर्न सकिँदैन। यदि कसैले पवित्र कर्म गरेको छ भने त्यसको लाभांसको रूपमा उसले आनन्द प्राप्त गर्नेछ। त्यस्तै कसैले पाप गरेको छ भने उसले दुःखै मात्र पाउनेछ। मानिसको लगानि अथवा कर्मलाई ३ भागमा विभाजन गरिएको छ (१) पवित्र कर्म वा पुण्यकर्म (२) असल कर्म (३) पाप कर्म। व्यक्तिले जस्तो कर्म गरेको छ त्यस्तै फल प्राप्त गर्छ। जस्तो मति उस्तै गति। जसले पवित्र वा पुण्यकर्म गरेको छ उसले माथिल्लो स्वर्ग अथवा ब्रह्मलोक प्राप्त गर्छ जहाँ उसले सुख सुविस्ता र आनन्द प्राप्छ गर्छ। उसले मृत्यु लोकमा आउनु पर्दैन। जसले असल कर्म गरेको छ उसले तल्लो स्वर्ग अथवा इन्द्रलोक प्राप्त गर्छ। त्यहाँ पनि स्वर्गीय आनन्द प्राप्त हुन्छ तर केही समयको आनन्दको भोग पछि पुनर्जन्म लिई यही लोकमा आउनु पर्छ(अभेदानन्द,१९००)। तर अध्यात्ममा स्वर्गको पनि कामना गर्नु हुदैन।

येसु, मोहम्मद, कृष्ण सबैले यो सिकाउनु भएको छ कि तपाईको सम्पत्ति स्वर्गमा राख्नु होस्, त्यहाँ चोरीको जोखिम छैन, तर तपाईले यही संसारमा लगानि गर्नुभयो वा सम्पत्ति राख्नु भयो भने त्यो नास भएर जान्छ। तपाईले स्वर्गमा लैजान सक्नुहुन्न। तर विचार गर्नुहोस् स्वर्गको आशा लिएर लगानि गर्नु भएको छ भने त्यो बेकारमा खेर जान्छ। त्यस्तो आध्यात्मिक लगानिको शक्ति क्षय हुन्छ। आध्यात्मिक क्षेत्रमा लगानि गर्दा त्यसको लाभांश वा प्रतिफलको आशा गर्नु हुँदैन।

हामीसँग दुईवटा विकल्पहरू छन् । हाम्रो धन सम्पत्तिलाई पुण्यमा रूपान्तरण गरेर स्वर्गमा लैजाने अथवा यही पृथ्वीमा बैंक अथवा वित्तीय संघ संस्थामा लगानि गर्ने हो, त्यो निर्णय गर्नु पर्छ । धन सम्पत्तिलाई पुण्यमा परिवर्तन गर्ने वा गरीब, दुःखी आपाङ्ग, टुहुराहरूको लागि लगानि गर्ने वा भौतिक सम्पत्ति र शेयरमा लगानि गर्ने यो रोजाइ हाम्रो हो । शास्त्रले भन्छ आध्यात्मिक कार्यमा लगानि गर्नुभयो भने लाभांस यो संसारमा र स्वर्गमा पनि पाइन्छ । जुन तपाईले मृत्युपछि पनि उपयोग गर्न पाउनुहुन्छ । तपाईले भगवानबाट पुरस्कार पाउनुहुन्छ भने स्वर्गका लागि लगानि होस् । त्यो भन्दा पनि बढी लाभांश वा प्रतिफल यो संसारमा नै पाउनु हुनेछ तर बिचार गर्नु होस् लाभांशको लोभमा परेर लगानि गर्नुभयो भने केही प्राप्तहुने छैन । पुण्य कर्ममा लगानि भनेको प्रतिभाका लागि लगानि हो । तपाईसँग बौद्धिकता छ, विवेक छ, सीप छ तर त्यो बौद्धिकता, विवेक र सीपलाई के मा लगाउने हो? त्यो हाम्रो रोजाइमा भर पर्छ । कसैले त्यो प्रतिभालाई भौतिक वस्तु र सेवाको प्राप्तिका लागि लगाउँछन् भने कसैले त्यो प्रतिभालाई आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाको लागि लगानि गर्छन् । सारांशमा भन्नु पर्दा विद्यामा लगाउने कि अविद्यामा लगाउने । मैले पनि धेरै समय र प्रतिभा अविद्यामा लगाएँ । बल्ल होस् खुल्यो र विद्यातर्फ लगाउँदैछु । तपाई पनि तपाईसँग भएको प्रतिभालाई विद्या तिर लगाउन ढिला नगर्नुहोस् किनकि यसबाट प्राप्तहुने लाभांश यो लोक र परलोक दुवैमा प्राप्त हुन्छ ।

येसुले भन्नुहुन्छ, "तपाईको धन सम्पत्ति यो पृथ्विमा नराख्नु होस् जहाँ किरा फट्याङ्ग्रा लाग्छन्, खिया लाग्छ, चोर लाग्छ, बरु त्यसलाई स्वर्गमा राख्नुहोस् जहाँ न किरा फट्याङ्ग्रा लाग्छन् न खिया लाग्छ न त चोरी नै हुन्छ । जहाँ तपाईको सम्पत्ति छ त्यही तपाईको हृदय पनि हुन्छ" (माथ्यू, ७:१९-२१) ।

यस्तै किसिमको शिक्षा र उपदेश सनातन धर्ममा पनि पाइन्छ । जसले आध्यात्मिक क्षेत्रमा लगानि गर्छ उसले बढी फाइदा प्राप्त गर्छ । कठोपनिषदअनुसार आध्यात्मिक लगानिका दुईवटा फाइदाहरू छन्: भौतिक संसारमा पाउने फाइदा र स्वर्गमा पाइने फाइदा । तपाईले लगानिको लाभाँश पाउनु हुनेछ तर कहिले पाउने हो अथवा कहिले

लाभांशको पुलिन्दा वा खाम हुलाकबाट तपाईको घरमा आइपुग्ने हो त्यो चाँहिँ भविष्यवाणी गर्न सकिँदैन । तर ढुक्क हुनुहोस् लाभांशको खाम चाँहि आउँछ नै । अझ ठूलो लाभांशको रासी चाँहिँ तपाईले स्वर्गमा प्राप्त गर्नुहुनेछ । जसले यो पृथ्वीमा पुण्य कार्य गर्छ उसले यो लोक र परलोकमा स्वर्गीय आनन्द अथवा परमानन्द प्राप्त गर्छन् । त्यसैले आध्यात्मिक लगानिका दुईवटा फाइदाहरू छन् (इभान्स, २०१५) ।

सनातन धर्मअनुसार सुदामाले थोरै अन्न, थोरै कपडा र झुप्रोमा दु:खपूर्वक बाच्नुभयो तर कहिल्यै पनि वहाँको अति मिल्ने साथी कृष्णालाई गाँस, बाँस र कपासको लागि अनुरोध गर्नुभएन । जब वहाँ भगवान कृष्णलाई भेटेर आफ्नो घर फर्कदै हुनुहुन्थ्यो वहाँको घर भव्य दरवारमा रूपान्तरण भयो । वहाँले त्यो सानो झुप्रो भेटाउन सक्नु भएन । त्यस ठाउँमा त सूर्यको जस्तै प्रकाश दिने एउटा भव्य दरवार थियो । मैले बाटो विराएछु क्यार भनेर सोच विचार गर्नुभयो । म त कुनै राजाको दरवारमा पो झुक्किएर पसेछु भन्ने ठान्नु भयो । तर वहाँकी धर्मपत्नीले वहाँलाई पर्खिरहनु भएको थियो । यो एउटा प्रतिनिधि कथा मात्र हो । यस्ता धेरै उदाहरण छन् । आध्यात्मिक पुण्य कर्मको प्रतिफल अथवा लाभांश यसै लोकमा र परलोकमा प्राप्त भइरहेको हुन्छ ।

११.२ सन्दर्भसूची

अभेदानन्द, (१९००). वेदान्त दर्शन । के आत्मा मानिस मरेपछि पनि रहन्छ । वेदान्त समाज, न्यूयोर्क । http://cincinnatitemple.com/articles/Does-the-Soul-Exist-After-Death.pdf

चिदानन्द (१९९७). मुक्तिको लागि वोलाहट । डिभाइन लाइफ सोसाइटी,

इमान्स, टि. (२०१५). आध्यात्मिक लगानिको प्रतिफल । http://tonyevans.org/wp-content/uploads/2014/09/Sept-Newsletter.pdfy

कृष्णानन्द (मिति नखुलेको). श्रीमद्भागवत महापुराणको सारांश । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, भारत।

दयानन्द, एस. (१९८९). वेदान्त बुझाइ का मूलभूत समस्याहरू । भिजन बुक्स

परमानन्द (१९१९). उपनिषदहरू, अनुवाद र टिप्पणी । वेदान्त केन्द्र वोस्टन, यु.एस.ए. ।

अध्याय बाह्र
आध्यात्मिक समता र कार्यदक्षता

"ईश्वरका अगाडि हामी उत्तिकै ज्ञानी र उत्तिकै मूर्ख हौं।" अल्वर्ट आइन्सटाइन

१२.१ आध्यात्मिक समता

परमेश्वरका आँखामा सबै व्यक्तिहरू समान हुन्छन्। परमेश्वरले कुनै पनि व्यक्तिलाई जाति, लिङ्ग, पेशा, रङ्ग, स्थान, वर्ग र धर्मका आधारमा भेदभाव गर्नुहुन्न। सबैलाई बराबर हुनुपर्छ भन्ने समानतावादी सिद्धान्त सायद बाइबलबाटै अर्थशास्त्रमा आएको हुनुपर्छ। ठाडो र तेर्सो समताको सिद्धान्तहरू आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ। परमेश्वरले गरीबलाई बढी आनन्द र धनीलाई चाँहिँ घटी प्रदान गर्नु भएको छ। गरीब, दुःखीहरू आफ्नो मेहनत लगाएर काम गर्छन् जे जस्तो छ, सबै बाँडेर खान्छन् र आराम साथ सुत्छन् तर धनी व्यक्तिले जति नै राम्रो खाए पनि राम्रो लाए पनि लचकदार विछौनामा सुते पनि उसलाई निद्रा लाग्दैन। आनन्दले एकछिन पनि बस्न सक्दैन, कहाँ घाटा लाग्यो कहाँ नाफा भयो ? यति कुरामात्र उसको आँखामा घुमिरहन्छ। जति नै कोशिस गरे पनि मनमा शान्ति आउँदैन। सधैं चिन्तामा नै डुबिरहन्छ। बाइबलमा उल्लेख गरेअनुसारको धनी व्यक्तिको प्रश्नको उत्तर दिने क्रममा परमेश्वरले भन्नुहुन्छ धनी व्यक्तिले भौतिक संसारमा (यो लोकमा) धेरै मोज मस्ती र आनन्द उपभोग गर्‍यो त्यसैले उसले ईश्वरीय लोकमा आनन्द पाउनसकेन (लुका, १६:१९-३१)।

सनातन र इसाई दुवै आस्थामा व्याख्या गरिएको छ कि जसले धेरै दुःख पाएकाछन् कठिनाइ सहेकाछन् उनीहरूलाई परमेश्वरले धेरै माया र प्रेम गर्नुहुन्छ। यसै सन्दर्भमा भगवान कृष्णले रुकमिणीलाई भन्नुहुन्छ हामी गरीब छौं, त्यसैले धेरै गरीबहरूले हामीलाई मन पराउँछन् (भागवत पुराण, १०:६०)। लाजारुसलाई भौतिक संसारमा

सबैले घृणा गरे तर ईश्वरीय संसारमा परमेश्वरले वहाँलाई धेरै प्रेम र माया प्रदान गर्नुभयो (लुका, १६: १९-३१) । भगवान सधैं गरीब दुःखी, रोगी, अपाङ्ग र विधवाको पछाडि बस्नुहुन्छ र वहाँहरूको रेखदेख गर्नुहुन्छ । उदाहरणको लागि गरीब सुदामालाई लिन सकिन्छ जसले भगवान कृष्णको सबैभन्दा बढी माया र प्रेम प्राप्त गर्नुभयो । रोगी, गरीब लाजारुसले परमेश्वरको धेरै माया र प्रेम प्राप्त गर्नुभयो । इस्लाम धर्ममा पनि अल्लाहले खादिजालाई मन पराउनु भयो किनकि वहाँले जति व्यापारबाट लाभ प्राप्त गर्नु हुन्थ्यो त्यो गरीब विधवा, टुहुरा, रोगी र अपाङ्गको सहयोगमा खर्च गर्नु हुन्थ्यो । गरिब र भोकाएका मुसलमानलाई वहाँले दैनिक खाना खुवाउनु हुन्थ्यो, त्यसैले वहाँका क्षेत्रमा कसैले पनि भोकै रात काट्नु परेन । त्यस्तै वहाँले वास नभएका परिवारहरूको लागि झुप्राहरू निर्माण गरिदिनु भयो (राजवे) । अल्लाहले पनि गरिवलाई धेरै प्रेम गर्नुहुन्छ । अल्लाहका धर्मदूतले भन्नुहुन्छ "अल्लाहले त्यस्ता गरिब व्यक्तिलाई प्रेम गर्नुहुन्छ जो सदाचारी छन् र जसका धेरै बच्चाहरू भए पनि भीख मागेर खादैन" (मुस्लिम र अहमद्, मिति नखुलेको) ।

एकपटक इवन अब्वासले स्वर्गको भ्रमण गर्ने मौका पाउनु भयो त्यहाँ भएका मध्ये बहुमत व्यक्तिहरू गरीब थिए (बुखारी ८७६:५५४) । स्वर्गको विशेषता नै गरीबहरूलाई प्रेम गर्नु हो । यसको मतलव अल्लाहले पनि गरीब र रोगी व्यक्तिहरूलाई धेरै माया र प्रेम गर्नुहुन्छ । भगवान बुद्धले पनि गरीबलाई धेरै माया गर्नुहुन्थ्यो । जब सपोकाका सौतेनी वावुले उनलाई चिहानमा हाल्न लागेका थिए, भगवान बुद्धले आफै सपोकाको उद्दार गर्नुभयो (बुद्धनेट, २००२) । यी माथिका उदाहरणहरूले के प्रस्ट पारेका छन् कि "गरीबको सेवा नै परमेश्वरको पनि सेवा हो ।" सबैको उपदेश वा शिक्षा एउटै छ "गरीबलाई सेवा गर" । इसाई, इस्लाम, बुद्ध र सनातन धर्म सबैको उपदेश गरीब, रोगी, अपाङ्ग, विधवा र टुहुराहरूलाई सेवा गर भन्ने नै हो । यी आस्थाहरूमा केवल पात्रहरूको नाम मात्र फरक छन् । त्यसैले यो तर्क प्रस्तुत गर्न सकिन्छ कि आध्यात्मिकता नै सबै धर्म/आस्थाको साझास्रोत हो ।

परमेश्वरले गरीब, अपाङ्ग, रोगी, टुहुरा बच्चा र विधवालाई धेरै प्रेम गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा नै समता हो । निरपेक्ष समानता होइन । समान

अवस्थामा मात्र समान व्यवहार हुन्छ । असमान अवस्थामा असमान व्यवहार हुनुपर्छ । जुन आध्यात्मिक शास्त्रहरूमा पाउन सकिन्छ । येसुले रोगी र गरीब लाजारुसलाई बढी माया र प्रेम गर्नु भो । उनको उपकार गर्नुभयो । तर धनीव्यक्तिलाई त्यति गर्नु भएन किनकि धनीव्यक्तिको तुलनामा लाजारुसले वाच्नैका लागि धेरै संघर्ष गर्नुभयो । त्यसैले कडा परिश्रम गर र गरीबलाई सहयोग गर । युसु खिष्टका शब्दहरूलाई सम्भm जहाँ वहाँले भन्नुहुन्छ "प्राप्त गर्नेलाई भन्दा प्रदान गर्नेलाई बढी आर्शिवाद छ" (एक्टस, २०:३५, बाइबल) ।

कृष्णले सुदामालाई धेरै प्रेम गर्नुहुन्थ्यो, किनकि अरू साथीहरूको तुलनामा सुदामाले बाच्नका लागि धेरै संघर्ष गर्नुभयो । स्वर्गमा अल्लहले गरीबलाई बढी प्रेम गर्नुहुन्छ किनकि गरीबहरूले यो लोकमा बाच्नैका लागि धेरै समस्याहरूसँग लड्नुपर्छ । यिनै कुराहरूलाई आत्मासात गरी मक्काको प्रमुखमा नामाङ्कन गर्दा गरीब तर धर्ममा समर्पित व्यक्तिको खोजी गरिन्छ । जसको अरवौंको सम्पत्ति छ, त्यसको तुलनामा जुन गरीब झुप्रोमा बस्छ उ अल्लाहको आँखामा धेरै राम्रो व्यक्ति हुन । अल्लाहले त्यो बेला मात्र अरबौं धन सम्पत्तिलाई राम्रो मान्नुहुन्छ जब त्यस्तो सम्पत्तिबाट गरीबले फाइदा पाउछन्(अहमद,२००५) ।

ब्राह्मण र शुद्रको बीचमा भगवानप्रति भक्तिको डिग्री फरक फरक हुन्छ । गरीब शुद्रसँग ब्राह्मणको भन्दा भक्तिको डिग्री बढी हुन्छ अथवा वहाँसँग धेरै भक्तिभाव छ । त्यसैले भगवान शुद्रसँग बढी प्रेम गर्नुहुन्छ । भगवत गीताअनुसार शुद्रले गरेको भक्ति र सेवाको ब्राह्मणले गरेको भन्दा बढी हुन्छ । उदाहरणका लागि शुद्रले प्रतिदिन १ घण्टा भक्ति गर्छ तर ब्राह्मणले प्रतिदिन २ घण्टा भक्ति गर्दछ तरपनि शुद्रले गरेको भक्ति नै आध्यात्मिक मूल्यमा बढी हुनु जान्छ किनकि शुद्रसँग थोरैमात्र ज्ञान छ, धन सम्पत्ति छैन र भगवानका शरण परेको छु भनी उच्च डिग्रीको भक्तिभाव जाहेर गर्छ । त्यसैले उसको भक्तिको डिग्री ब्राह्मणकोभन्दा धेरै माथि छ । यसको अलवा शुद्रले ब्राह्मण र क्षेत्रीको पनि सेवा गर्दछन् । त्यो सेवा पनि भगवानको लेखामा समावेश हुन्छ । चाहे पैसा लिएर गरेको सेवा होस् वा नलिइकन गरेको सेवा होस्, उसले सेवा त गरेकै हो नि ! त्यसैले त्यो सेवाको पनि भगवानको लेखामा

समावेश भएको हुन्छ । भगवानबाट शुद्रले अरूभन्दा धेरै प्रेम र उपहार प्राप्त गर्दछन् ।

बाकस १ः शुद्रले गरेको भक्ति	**बाकस २ः ब्राह्मणले गरेको भक्ति**
(क) भगवानमा भक्ति प्रतिदिन १ घण्टा × ३६५ दिन = ३६५ घण्टा भक्तिको डिग्री = ०.९ कूल आध्यात्मिक मूल्य = ३६५×०.९ =३२८.५	(क) भगवानमा भक्ति २ घण्टा प्रतिदिन × ३६५ दिन = ७३० घण्टा भक्तिको डिग्री = ०.५ कूल आध्यात्मिक मूल्य = ७३०×०.५ =३६५
(ख) ब्राह्मण र क्षेत्रीलाई गरेको सेवा २ घण्टा प्रतिदिन २ घण्टा प्रतिदिन × ३६५ दिन = ७३० घण्टा सेवामा समर्पणको डिग्री = ०.५ कूल आध्यात्मिक मूल्य (सेवामा) = ७३० घण्टा ×०.५ =३६५ (क) र (ख) को कूल मूल्य जम्मा ३२८.५+३६५ . ६९३.५	(ख) अरूलाई दिइएको सेवा = ० ब्राह्मणले अरूको सेवा गरेनन् । (क) र (ख) को कूल आध्यात्मिक मूल्य ३६५+० = ३६५ मात्र

माथिको बाकस १ र २ मा दिइएको उदाहरणअनुसार शुद्रले प्रतिदिन १ घण्टा मात्र भगवानको भक्ति गर्नुहुन्छ त्यसैले १ वर्षमा ३६५ घण्टा वहाँले भगवानमा भक्ति गर्नुभयो । यसको अलवा वहाँले २ घण्टा दैनिक ब्राह्मण र क्षेत्रीको सेवामा लगाउनुभयो । वहाँले ब्राह्मण र क्षेत्रीको सेवामा ७३० घण्टा वर्षमा खर्च गर्नुभयो । माथि लेखिएअनुसार शुद्रको भक्तिको डिग्री उच्चस्तरमा छ । त्यसैले वहाँले वर्षमा ६९३ आध्यात्मिक मूल्य बराबरको सेवा र भक्ति गऱ्यो जबकि ब्राह्मणले लामो भक्ति गरे पनि भक्तिको डिग्री अथवा प्रवलता कम भएकाले उसले वर्षभरिमा ३६५ आध्यात्मिक मूल्यको मात्र भक्ति गऱ्यो । तर यो समाजले ब्राह्मणलाई बढी आध्यात्मिक मूल्य प्रदान गर्छ । त्यसैले उसलाई उच्च कोटिको जातमा राख्छ । वास्तवमा भगवानप्रति शुद्रले बढी भक्ति गरेको कुरा भगवानले रेकर्ड राख्नु भएको हुन्छ । त्यसैले वहाँ ब्राह्मणभन्दा पनि

उच्च कोटिमा हुनुपर्ने हो । यही उदाहरण गरीब र रोगीमा लागु हुन्छ । रोगी व्यक्तिको ५ मिनेटको भक्ति वा ध्यान स्वस्थ व्यक्तिको १ घण्टा बराबरी हुनजान्छ । स्वस्थ व्यक्तिले १ घण्टाको ध्यानबाट आफ्नो मन र हृदयलाई माभ्न सक्छ भने रोगीले ५ मिनेटमा माभ्न सक्छ । ५ मिनेटको ध्यानले रोगी व्यक्तिको हृदयमा कन्चन हुन सक्छ जबकि स्वस्थ व्यक्तिको १ घण्टाले पनि त्यति सफा र शुद्ध हुनसक्तैन । त्यसैले येसुले बिरामी गरीब, टुहुरा बालबच्चा, कमजोर, अपाङ्ग र विधवालाई बढी प्रेम गर्नुहुन्छ ।

बुद्धधर्मले पनि समतालाई नै बढी महत्व दिएको छ । समान अधिकारभन्दा समता बढी मूल्यवान छ, यसले असमान बनाईराख्छ (वीरामन्त्री, १९९७) । यसले कमजोर वर्गका लागि बढी दया, प्रेम, मैत्रीलाई सम्बोधन गर्छ ।

समानता

परमेश्वरले सबैलाई बराबरी प्रेम गर्नुहुन्छ कि गरीब, टुहुरा बालबालिका, कमजोर, अपाङ्ग र विधवालाई बढी माया गर्नुहुन्छ त्यो दुविधाको विषय बनेको छ । सबैलाई बराबरी दिनु समानता हो अथवा तेर्सो समानता (Horizendal equity) हो । तर दाताले गरीब र टुहुरा बालबालिकालाई दिँदा आफूमा बढी आनन्दको महशुस हुन्छ । यसरी कमजोर वर्ग, गरीब, अपाङ्ग, रोगी, विधवालाई दिँदा हाम्रो हृदय र मन कञ्चन हुनपुग्छ । गाँस, वास र कपास प्रदान गर्दा जति सन्तोष र आनन्दको अनुभूति हुन्छ त्यो नै मन र हृदय सफा भएको अप्रत्यक्ष सूचक हो । यो लोकमा पनि गरीब र अपाङ्गलाई सहयोग गर्न पाउँदा निकै आनन्दको अनुभूति (Uitlity) बढछ । माथि व्याख्या गरेअनुसार पुण्यकर्मले मानव हृदयलाई धुन्छ, सफा पारीदिन्छ र शुद्ध बनाईदिन्छ । पुण्यकर्म जस्तो कि दान र परोपकारी कामले दाताको मन शुद्ध बनाइदिन्छ र व्यक्तिलाई बढी ज्ञानी र दानी बनाइदिछ । कसैलाई केही दिँदा र दान दिँदा हृदय कञ्चन सफा हुन्छ ।

हामी आफैलाई पनि दान दिएपछि मन र हृदय हलुका हुन्छ । सबै आस्थाले गरीब, टुहुरा बालबालिका, अपाङ्ग र विधवालाई जिउँदा भगवान मानेका छन्, त्यसैले तीनीहरूलाई सहयोग गर्ने उपदेश दिएका

छन् । हामीले गरीब, विधवा, अपाङ्ग, रोगी व्यक्तिहरूको सेवा गरेर परमेश्वरको सेवा गर्नसक्छौं । जसले उनीहरूको सेवा गर्छन् उनीहरूसँग परमेश्वर पनि खुशी हुनुहुन्छ । धेरै व्यक्तिहरू आफ्नो सहयोग कमजोर वर्ग र समूहमा पुगेको थाहा पाउँदा ज्यादै खुशी र आनन्दको अनुभूति गर्छन् । विल गेट र मेलिना गेट फाउण्डेशनका उद्देश्यहरू मध्ये गरीबलाई सेवा गर्ने पनि एउटा मूल उद्देश्य हो । येसुले भन्नुहुन्छ, स्वर्गका परमेश्वरको आर्शिवाद गरीब आत्माहरूलाई जान्छ । अथवा गरीब आत्माले परमेश्वरबाट आर्शिवाद पाउछ (माथ्यु, ५:३, असलमान्छे) । गरीब आत्माहरू ती हुन जो यो भौतिक संसारमा धनी र सम्पन्न व्यक्तिहरूबाट अपहेलित र घृणित भएर बाँचेकाछन् । लाजारुस एउटा उदाहरण हुन । भौतिक संसारमा व्यक्तिहरू धनी, स्वस्थ र चतुर व्यक्तिलाई मन पराउँछन् तर ईश्वरीय संसारमा परमेश्वरले सिधा सोझा र गरीब व्यक्तिलाई मन पराउनुहुन्छ (जेम्स, ४:६, असल मान्छे) । इसाई आस्थाले समतालाई जोड दिन्छ । "यदि कसैसँग भौतिक धनसम्पत्ति छ तर उसको भाइ ठूलो आवश्यकतामा परेको छ भने यस्तो अवस्थामा पनि उसले दया देखाउन सकेन भने उसलाई परमेश्वरले कसरी प्रेम गर्नुहुन्छ (जब, २९:१२) । वास्तवमा हामी यहाँ आएका नै गरीब र आवश्यकतामा परेका व्यक्तिलाई सहयोग गर्न कै लागि हो । परोपकारी सहयोगले दाताको हृदय शुद्धिकरण गरिदिन्छ ।

बुद्धधर्ममा सबै व्यक्तिलाई बराबर हुन्छन् किनकि सबै व्यक्तिहरूले प्राकृतिक नियमको पालना गर्नुपर्छ । सबैले यो जान्नुपर्छ कि मानिस भएपछि दुःख पाउनुपर्छ, बुढो हुनुपर्छ र मर्नुपर्छ । व्यक्तिलाई कर्मको नियमले बाँधेको छ । जसले जस्तो बीऊ छर्छ उसले त्यस्तै बाली भित्र्याउँछ । मानिसले जस्तो कर्म गर्छ त्यस्तै फल प्राप्त गर्दछ (पयुट्टो, १९९४) ।

अल्लाहले ती व्यक्तिलाई प्रेम गर्नुहुन्छ जसले दासहरूलाई मुक्त गरीदिन्छ, आवश्यक परेको व्यक्तिलाई सहयोग गर्छ, विरामीको हेरचाह गर्छ, भोका व्यक्तिलाई दान दिन्छ, मानिसहरूबीच मेलमिलाप गराउँछ, जसले औषधि अविस्कार गर्छ, स्कुल बनाउँछ, टुहुरा बालबालिकाका लागि आश्रम वा बालगृह बनाउँछ (अहमद, २००५) । अल्लाहलाई खुशी

पार्न व्यक्तिले माथि वर्णन गरेका कार्यहरू गर्नुपर्छ। आध्यात्मिक शक्तिले गरीब इमान्दर सोझा सिधा व्यक्तिलाई पवित्र स्थान अथवा अल्लाहको राज सिंहासन तिर लैजान्छ (अहमद, २००५) । यसको अर्थ अल्लाहले गरीब, रोगी, अपाङ्ग र टुहुरा बालबच्चाहरूलाई हेरचाहको लागि आफ्नो राजसिंहासनतिर लैजानुहुन्छ ।

माथिका प्रमाणहरू र दिइएका सन्देश र उपदेशहरूको आधारमा यो भन्न सकिन्छ कि सबै आस्थाहरूका साझा उपदेशहरू एउटै छन् केवल भाषा र व्यापारी नाम मात्र फरक छन् । कुनै खास आस्थाप्रति मानिसको आकर्षण होस् भन्ने अभिप्रायले पैगम्बर, धर्मदूत, ऋषि, महर्षिले फरक देखाउनु भएको हो । आफ्नो ब्राण्ड नामलाई प्रवर्द्धन गर्न मात्र फरक देखाउने कोशिस गर्नुभएको हो । मैले त मुलभूत कुरामा कुनै अन्तर पाउन सकिन । अर्थशास्त्र र राजनीतिक शास्त्रमा समता धर्मशास्त्र र अध्यात्मशास्त्रबाटै प्रवेश गरेको हो । सबैको अन्तिम स्रोत चाँहि अध्यात्मशास्त्र नै हो ।

चाहे त्यो यहुदी होस् वा ग्रीसी, चाहे दास होस् अथवा मुक्त, चाहे पुरुष होस् वा महिला, तपाईहरू जति हुनुहुन्छ, येसुको लागि एउटै हुनुहुन्छ (गल, ३:२८) । येसुले गरीब र धनी बीच, स्वस्थ र रोगी बीच, महिला र पुरुष बीच, काला र गोरा बीच विभेद गर्नुहुन्न । तर सकारात्मक विभेद चाँहिँ वहाँको राज्यमा लागु हुन्छ ।

इवन अब्बास, अल्लाहका धर्मदूतले भन्नु भएको छ “मैले एक पटक प्याराडाइज हेर्ने मौका पाएँ, जहाँ मैले बहुमत व्यक्तिहरू त गरीब नै देखे” (बुक ३६ : ६५९७) । अल्लाहले ती गरीबलाई प्रेम गर्नुहुन्छ जो सदाचारी छन् । अल्लाहको दया तिनीहरूमा छ, जो परिश्रम गरेर आफ्नो जीविकोपार्जन गर्छन् । पैगम्बर मोहम्मदको गरीबप्रति प्रेम यस्तो थियो कि वहाँ आफै अल्लाहको प्रार्थना गरेर भन्नुहुन्थ्यो कि ए अल्लाह मलाई जीवनमा र मृत्युमा गरीबसँगै राख्नुहोस् । पुर्नजन्म दिँदा पनि गरीबहरूसँग राखी दिनुहोस् (नसाई : माफ) ।

न्याय र समता एक आपसमा गुजुल्टीएर रहेका हुन्छन् । यिनीहरूलाई छुट्टाछुट्टै गर्न निकै कठीन हुन्छ । न्याय भनेकै समाजका कमजोर वर्ग, समूहलाई बढी प्रेम र माया दिनु हो । यो भनेकै समता पनि हो । सबै आस्थाले यो दावी गर्छन् कि आफ्नो आस्थाको अरू उद्देश्यहरू वाहेक एउटा उद्देश्य चाँहिँ गरीबी घटाउनु हो । मार्टिन लुथरका अनुसार सबै गरीबहरू जीउँदा भगवान हुन् (मेकगोन र अरू, २००९) । वहाँका अनुसार गरीबीप्रति सम्बोधन गर्नु भनेको नै सामाजिक न्याय हो । बाइबलले भन्छ की परमेश्वरले संसारलाई समताका लेन्सले हेर्नुहुन्छ र न्याय प्रदान गर्नुहुन्छ ।

"वहाँले समताको आधारमा संसारमा इन्साफ प्रदान गर्न सक्नुहुन्छ । वहाँले जनतालाई न्यायका आधारमा इन्साफ गर्नुहुन्छ ।" (बाइबल, ९:९)

"जो मेरो शरणमा पर्दछन् चाहे तिनीहरू तल्लो जातमा जन्मिएका महिला, वैश्य र शुद्र किन नहुन उनीहरूले अन्तिम गन्तव्य प्राप्त गर्नसक्छन् ।" (भगवत गीता, ९:३२)

भगवत गीताका अनुसार सबै व्यक्तिहरू अन्तिम गन्तव्यका लागि सम्भावित छन् । लिङ्ग, पेशा, वर्ण, स्थान र आस्थाको आधारमा नभई भगवानका आँखामा सबै बराबरी छन् । यी त मानिसले बनाएका आधारमात्र हुन् । सनातनधर्ममा समाजलाई ४ तहमा विभाजित गरिएको छ । ती तहभन्दा पनि तल एउटा समूह छ जसलाई चण्डाल (कुकुरको मासुखाने मानिस) भनिन्छ । हाम्रो गाउँमा तिनीहरूलाई स्यालमारा पनि भन्छन् । ती ४ तहका मनिस र चण्डाल समूहका मानिसलाई पनि अन्तिम गन्तव्यका लागि भगवानद्वारा समान मौका प्रदान गर्नुहुन्छ । सबैले स्वर्गीय आनन्द उपभोग गर्नसक्छन् । वास्तवमा भन्ने हो भने यी ४ तह ब्राह्मण, क्षेत्री, वैश्य र शुद्रभन्दा पनि चण्डालले गरेको भक्ति बढी प्रशंसनीय हुन्छ । यसै सन्दर्भमा भगवत गीतामा लेखिएको छ कि तल्ला जातका मानिसहरूले पनि जीवनको उच्चतम स्थान प्राप्त गर्न सक्छन् । कुरा यतिमात्र हो कि उनीहरूले सही ध्यान वा भक्तिको मार्ग समात्नु पर्छ । त्यो मार्गले उसलाई सिधैं कृष्ण भगवान कहाँ पुऱ्याउँछ । भगवत गीता (१४:२६) का अनुसार सबैभन्दा साधारणव्यक्तिले पनि

आफ्नो आत्मशुद्धीकरण गर्न सक्छ (प्रमुपाद, १९७२) । यदि चाण्डलले प्रतिदिन १ घण्टा भगवानको भक्ति गर्छ वा ध्यान गर्छ भने त्यो ब्राह्मणको १ दिनको भक्ति वा ध्यान बराबर हुन्छ । तल्लो जातका व्यक्तिले पूर्णभक्ति भावले सेवा गर्छ भने उसले कुनै पनि परिवेशमा अथवा कुनै अवस्थामा पनि तल झर्न पर्दैन, उसले आफ्नो भौतिक अवस्था परिवर्तन गर्छ र उ ब्राह्मणको तहमा पुग्छ (प्रभुपाद, १९७२) । जो गरीब छन् र भौतिक वस्तुको उपभोगबाट वञ्चित छन् उनीहरूलाई पनि अन्तिम गन्तव्य पुग्न कुनै अप्ठारो छैन । भगवत गीता (६:२९), का अनुसार आत्मा सबै प्राणी र सबै ठाउँमा विद्यमान छ । जसले आत्मा साक्षत्कार गरेको छ, उसले आत्मालाई देख्न सक्छ । आत्मा देख्न भित्री आँखा खोल्न अनिवार्य छ (प्रभुपाद, १९७२) । सच्चायोगीले "मलाई सबै प्राणीमा र सबै प्राणिहरू म मै देख्न सक्छन् ।" वास्तवमा आत्मासाक्षत्कार भएका व्यक्तिले मलाई जही त्यही देख्न सक्छ । भगवान बारे चेतना हुनु अथवा भक्तिभाव हुन भनेको समानता नै हो किनकि भगवान सबैको लागि सबै अर्थमा समान हुनुहुन्छ । भगवान भनेको नै समानता हो । भाइले गरेको सेवाभन्दा नोकर भएर गरेको सेवाको आध्यात्मिक मूल्य बढी हुन्छ । त्यसैले लक्ष्मणले नोकर भएर भगवान रामको सेवा गर्नुभएको हो । सनातन धर्ममा यस्ता धेरै उदाहरणहरू छन् जहाँ दलित र तल पारिएका व्यक्तिहरूले गरेको सेवा अरूले गरेकोभन्दा धेरै मूल्यवान हुन्छ ।

१२.२ आध्यात्मिक कार्यदक्षता

आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा ठीक कर्मगर्नु नै कार्यदक्षता हो । ठीक कर्म भनेको ध्यानगर्नु, भक्तिगर्नु, प्रार्थना गर्नु र यज्ञगर्नु हो । ठीक कर्मगर्नु भनेको शरीर, मन र आत्मालाई शुद्ध बनाउने कर्मगर्नु हो । यस्ता ठीक कर्मले व्यक्तिको व्यवहार परिवर्तन र ईश्वरीय सन्तुष्टि कायम गरी गुणलाई प्रभाव पार्ने कार्यगर्नु हो । जुन व्यक्ति ध्यान, भक्ति अथवा परमेश्वरका शरणमा पर्छ उसको व्यवहारमा परिवर्तन आउँछ नै । तर गुणलाई वा परमेश्वरलाई प्रभाव पार्ने कार्य चाँहि निकै नै चुनौतिपूर्ण छ । यसका लागि थप अध्ययन र अनुसन्धानको खाँचो छ । आध्यात्मिक यात्रा लामो छ तसर्थ सही गन्तव्यमा पुग्नका लागि धैर्यता, प्रेम र प्रज्ञाको आवश्यकता पर्छ ।

“विचार गर्नुहोस् संसारका जति पनि व्यक्तिले निर्वाण प्राप्त गरेका छन् । ती सबै तपाईंका शिक्षकहरू हुन । प्रत्येकले तपाईलाई पूर्णधैर्यता, पूर्णप्रज्ञा र पूर्णप्रेम सिकाउन ठीकसँग काम गरिरहनुहुन्छ ।” भगवान बुद्ध

दिइएको समयभित्र व्यक्तिको व्यवहार कति परिवर्तन हुन्छ ? कति थोरैसमयमा व्यक्तिले आफ्ना व्यवहारहरू परिवर्तन गर्छन् ? यी दुई प्रश्नहरूको आध्यात्मिक अर्थशास्त्रले उत्तर दिनुपर्छ । प्राविधिक कार्यदक्षता भनेको थोरैभन्दा थोरै स्रोतबाट धेरैभन्दा धेरै आध्यात्मिक सेवाको उत्पादन गर्नु नै हो । त्यस्ता संयन्त्रभित्र थोरैचिज श्रमिक, वस्तु, पूँजी र प्रविधि राखी वस्तु र सेवाको उत्पादन गर्ने प्रक्रियालाई भौतिक अर्थशास्त्रमा प्राविधिक कार्यदक्षता भनिन्छ तर आध्यात्मिक ज्ञानको र ऊर्जाको उत्पादनमा बस्तु, सामग्रीको जरुरत नपर्ने भएकाले सही प्रक्रिया वा ठीक कर्म गर्नु नै प्राविधिक कार्यदक्षता हो । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा सेवा उत्पादन गर्दा आवश्यक पर्ने पदार्थहरू पहिले नै निश्चित गरिएको हुन्छन् । यी वस्तुहरू सीमित भएकाले घटबढ हुँदैनन् । त्यसैले समय नै आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा बढी महत्वपूर्ण कुरा हो । जो आध्यात्मिक कोर्ष लिन्छन् उनीहरूले खाना, कपडा र अरू पदार्थहरू खेर नफाल्ने हुँदा, समय खेर फालेका कुरा नै प्राविधिक हिसावले कार्यदक्षताको अप्रत्यक्ष सूचक हो । कोर्षको समयमा प्रदान गरिएको खाना, कपडा, समय र सामग्रीहरू प्रायस कसैले पनि खेर फाल्दैनन् । मनलाई नियन्त्रण गर्न ध्यान (Mindful meditation), मैत्री र प्रेम ध्यानका कोर्षहरूको समय निश्चित गरिएको हुन्छ । तसर्थ व्यक्तिले कति आध्यात्मिक बल अथवा शक्ति दिइएको समयमा उत्पादन गर्‍यो त्यो नै महत्वपूर्ण हुन्छ । प्रत्येक व्यक्तिले उत्पादन गरेको शक्ति फरक–फरक हुन्छ । कसले कति मात्रामा आध्यात्मिक शक्तिको उत्पादन गर्छ भन्ने कुरा ध्यानको गहिरोपन वा प्रबलता र व्यक्तिको मनमा जम्मा भएको अपवित्रताको मात्रामा निर्भर रहन्छ । ध्यानको अघि र पछि गरिएको प्रयोगशालाको परीक्षण प्रतिवेदनमा कर्टिशोल (Cortisol) को तहमा धेरै अन्तर देखिन्छ । यसको अर्थ व्यक्तिको तनाव त्यस्तो ध्यान र भक्ति पछि निकै घटेको हुन्छ । एउटै कोर्ष गरे पनि व्यक्तिको कर्टिशोलको लेभलमा आएको गिरावट फरक फरक हुन्छ । यसको अर्थ ध्यानको शक्ति व्यक्ति–

व्यक्तिमा फरक हुन्छ र एउटै कोर्ष गरे पनि असर फरक –फरक हुन्छ । यसको साथ साथै ध्यान पछि व्यक्तिमा प्रेम, मैत्री, दया वृद्धि हुन्छन् जुन हामी व्यक्तिको व्यवहारको अवलोकन गरेर हेर्न सक्छौं ।

जो सुरक्षित तवरले गन्तव्यमा कमभन्दा कम समयमा पुग्छ त्यसलाई दक्षता भन्दछौं । आध्यात्मिक अर्थशास्त्रको अन्तिम गन्तव्य भनेको निर्वाण प्राप्त गर्नुहो । यस अर्थमा कमभन्दा कम समयमा निर्वाण वा परिनिर्वाण प्राप्त गर्नु नै प्राविधिक रूपमा ध्यानदक्षता हो । कमभन्दा कम समयमा ज्ञान प्राप्त गर्नु नै ध्यानदक्षता हो । लाखौं बोधिसत्वमध्ये १ वा २ जनाले परिनिर्वाण प्राप्त गर्छन् तसर्थ ज्ञान वा प्रज्ञा पाउनु नै सबै उपासक उपासिकाहरूको साझा लक्ष्य हो । हाम्रो शरीरको बाहिर र भित्री भागमा कसरी परिवर्तन आइरहेको हुन्छ, त्यो थप अध्ययन र अनुसन्धानको विषय बन्नसक्छ । त्यस्तै सामान्य व्यक्ति र भिक्षूको ध्यानको लागत फरक–फरक हुन सक्छ किनकि सामान्य व्यक्तिको तुलनामा भिक्षूको मौकाको लागत (Opportunity cost) धेरै बढी हुन्छ र उनीहरूले उत्पादन गरेको आध्यात्मिक शक्ति पनि बढी नै हुन्छ । एउटै कोर्षमा गएका दुईजनाको आध्यात्मिक (S. Value) पनि ध्यानको प्रवलताको कारण फरक फरक हुन्छ ।

१२.३ सन्दर्भसूची

अहमद, एच.एम.जी. (२००५). इस्लामका आधारहरू भाग ३. हदरथ मिर्जा गुलाम अहमदको रचना, प्रवचन र उद्घोषणाहरू ।

बुद्धिष्ट नेट (२००२). माध्यमिक विद्यार्थीहरूका लागि बुद्धको जीवनी । बुद्धधर्म शिक्षा संघ ।
http://www.buddhanet.net/pdf_file/a4lifebuddha.pdf

चौधरी, एम.एस. (१९८४). इस्लामिक अर्थशास्त्रका मूलभूत कुराहरू ।
www.muslimtents.com/shaufi/b16/b16_ pdf.htm

कृष्णानन्द (मिति नखुलेको). कठोपनिषद माथिको टिप्पणी । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, शिवानन्द आश्रम, भारत ।
www.swami-krishnananda.org

लुथर, एम. (मिति नखुलेको). गरीबको लागि हेरचाह ।
www. berkleycenter.georgetown.edu/.../martin-luther-on-caring-for-the-poor

मेकगन, ए.वी., डाले, वी.ई. गाडेन, टि.जे. (२००९). परमेश्वरका बारेमा पुरानो इसाई सोच : पाटरसन, एल.जी.को सम्झनामा निबन्धहरू । ब्रिल प्रकाशन ।

मस्लिम (मिति नखुलेको). ती गुणहरू जस्ले अल्लाहलाई प्रेम गर्छन् । https://amuslimsistermaria200327.wordpress.com/2010/04/23/17-qualities-that-allah-loves

पयुटो, पि.आर. (१९९४) बुद्धधर्म र मानव अधिकार । युनेस्को पुरस्कार प्राप्त प्रस्तावना “शान्ति शिक्षा।” http://www.buddhanetz.org/texte/rights.htm

प्रभुपाद (१९७२). भगवत गीता यथारूप, पूर्ण संस्करण कोलियर म्याकमिलन प्रकाशन, लन्डन ।

राजवे, एस. (मिति नखुलेको). खादिजा तुल कुब्रा : उनको छोरो जीवनी । http://islamicmobility.com/pdf/Khadija%20tul%20Kubra%20Story%20of%20Her%20Life.pdf

स्लीक, एम. (मिति नखुलेको). एरियस विरुद्ध र समानतावादीको दुरूपयोग । https://carm.org/verses-egalitarians-misuse

वीरामन्त्री (१९९६). समानता र स्वतन्त्रता : तेस्रो विश्वको दृष्टिकोण, कोलम्बो हंन्सा प्रकाशन ।

वेलमेन जे. (मिति नखुलेको). गरीबको सेवा बारे बाइबलले के भन्छ ? http://www.whatchristianswanttoknow.com/what-does-the-bible-say-about-helping-the-poor/#ixzz3xaoexl7x

.........., भगवान बुद्धको जीवनी । गरीब सपोकाको कथा । http://www.buddhanet.net/e-learning/buddhism/lifebuddha/27lbud.htm

.........., विश्व अंग्रेजी बाइबल नयाँ नियम, स्त्रोत र उक्तिहरू माउन्टेन चर्च ।

........, पैगम्बरका असल चरित्रहरू । शान्ति प्राप्त गर्ने बाटोमा सन्यासकर्मका फल । http://d1.islamhouse.com/data/en/ih_books/single/en_The_Prophetts_Nolbe_Character.pdf

अध्याय तेह्र
आनन्द

“यो संसारमा गैर संलग्नता नै आनन्द हो ।” उदान

१३.१ परिचय

अध्याय दुईमा व्याख्या गरे जस्तो कि भौतिक वस्तु घर, गाडी, फर्निचर र आइसक्रिमले आनन्द ल्याउँदैन । यिनीहरूले क्षणिक खुशीमात्र ल्याउछन् । शान्ति र आनन्द बाहिरबाट आउने कुरा होइनन् यी त भित्रैबाट पलाउने कुरा हुन् । बाहिरी अथवा भौतिक संसारमा जति खोजे पनि शान्ति पाइदैन । तैत्तीरीया उपनिषदले ‘आनन्दमय कोष’ भनेर व्याख्या गरेको छ । जसको अर्थ हुन्छ पूर्णानन्द, यसैलाई हामी परमेश्वरबाट भएको आनन्दको वर्षा पनि भन्दछौं । शान्ति पनि वाहिर संसारमा पाइदैन यो मनभित्रै नै पलाउँछ । वस्तुबाट क्षणिक खुशी प्राप्त हुन्छ तर लामो समयसम्म यसले पीडा दिन्छ । जसरी छोरीले आमालाई पाउँदा असीम खुशी र आनन्द आउँछ त्यसैगरी मन आत्मासँग जोडिदा हाम्रो मनमा पनि असीम आनन्द प्राप्त हुन्छ । आध्यात्मिक शास्त्रले भनेअनुसार जबसम्म मन र आत्मा एक अर्कामा जोडिन्छन्, तबसम्म व्यक्तिले आन्तरिक शान्ति र आनन्दको अनुभूति गर्दछ । सरल रूपमा भन्नुपर्दा आनन्द र शान्तिको संचार तब हुन्छ जब मन र आत्मा एक अर्कामा जोडिन पुग्छन् । जब शान्ति र आनन्दको कूलो आत्मा रूपी मुहानामा जोडिन्छ तब मन र हृदयमा शान्ति र आनन्दको सिंचाई हुन्छ । यस्तो शान्ति र आनन्द लामो समयसम्म रही रहन्छ । तर पैसा र भौतिक वस्तुबाट प्राप्तहुने खुशी क्षणिक मात्र हुन्छ (कृष्णानन्द, मिती नखुलेको) । वस्तु प्राप्त गर्दा व्यक्तिले आनन्द महशुस गर्छ तर त्यो भ्रम मात्र हो वास्तविक आनन्द होइन । सनातन धर्मानुसार राजा ययातिले जीवन भर भौतिक वस्तुको उपयोग गर्दा पनि उनी सन्तुष्ट हुन सकेनन्

भने भौतिक वस्तुको उपयोगले व्यक्तिलाई क्षणिक खुशीमात्र प्रदान गर्छ आनन्द प्राप्त गर्न सक्दैन (भागवत पुराण, १९) ।

बुद्धका अनुसार संसारिक वस्तुबाट छुटकारा पाउनु नै (वीर्यता) ठूलो आनन्द हो । लामो आनन्द क्षणिक खुशीभन्दा फरक कुरा हो । यो संसारमा आनन्द भनेकै सत्विचार हो अथवा त्यो भनेकै संसारिक वस्तुमा वन्देज लगाउनु हो । अहम् अथवा म र मेरो भन्ने विचारलाई दमन गर्नु नै साँचो अर्थमा सबै भन्दा माथिल्लो स्तरको आनन्द हो (महाथेरा, १९८०) ।

> "बुद्ध जन्मनु भनेको आनन्द हो । घम्मको विषयमा शिक्षा दिनु आनन्द हो । संघको एकता नै आनन्द हो । एक हुने चरित्र नै आनन्द हो ।" - धम्मपद

नेपाली भाषाका आदिकविले प्रश्नोत्तर भन्ने कवितामा खुशी कहाँ पाइन्छ भन्ने प्रश्नको उत्तरमा भन्नु भएको छ मानिस तब खुशी हुन्छ, जब उसले आफ्ना लागि नराखी अरूलाई दिन्छ । वास्तवमा दिँदा जति आनन्द आउँछ, त्यति पाउँदा आउँदैन । त्यसमा पनि आफूलाई नराखी अरूलाई दिँदा त असीम आनन्दको महशुस हुन्छ । खुशी दुई तरिकाबाट प्राप्त हुन्छ । भगवानलाई खुशी तुल्याँउदा प्राप्तहुने खुशी र मानिसलाई खुशी बनाउँदा प्राप्तहुने खुशी । मानिसलाई खुशी गराउँदा प्राप्तहुने खुशी हुनु भनेकै भगवान खुशी हुनु हो । परमेश्वर खुशी हुनु हो । परमेश्वरलाई खुशी पार्नु छ भने मानिसलाई खुशी बनाउनै पर्छ । अर्को अर्थमा भन्दा व्यक्ति खुशी हुनु भनेको परमेश्वर खुशी हुनु हो । भगवान बुद्धले खुशी हुनु भनेकै असंग्लनता अथवा संसारिक वस्तुबाट छुटकारा पाउनु हो । यसैलाई आत्म सन्तुष्टि पनि भन्दछौं । आवश्यकतामा परेका व्यक्तिलाई ठीक वस्तु र सेवा प्रदान गर्नु भनेकै भगवान्लाई अथवा परमेश्वरलाई खुशी बनाउनु हो । गरीब, दुःखी, कमजोर वर्ग खुशी हुनु भनेकै भगवान खुशी हुनु हो ।

कोही व्यक्तिहरू आनन्दप्राप्त गर्नकै लागि मदिरापान गर्छन् । मदिरापान गर्दा मस्तिष्कमा एउटा क्षणिक खुशीको बिम्ब–सिर्जना हुन्छ

तर यो चाडै हराएर जान्छ । यो त एउटा भ्रम अथवा बिम्बमात्र हो, वास्तविक खुशी र आनन्द होइन । त्यसैले कुनै व्यक्तिले गर्मीमा आइसक्रिम पाउँदा जुन खुशी प्राप्त गर्छ त्यसलाई संस्कृतमा “प्रिय” भनिन्छ। जसको अर्थ खुशीको अनुभूतिमात्र हो साँचो खुशी होइन् । एक छिन पछाडि उसलाई पुनः तिर्खा लाग्छ। तर वास्तविक खुशी र आनन्द चाँहि वस्तुको उपभोगबाट होइन वस्तुको मोहबाट छुटकारा लिँदा प्राप्त हुन्छ ।

“म अति नै दुःखी महिला हूँ, न त मैले रक्सी पिएँ न त कडा मदिरा (विस्की) तर मैले मेरो आत्मालाई परमेश्वरको अगाडि खन्याई दिएँ ।” (स्यामूलको पहिलो किताब, १:१५,बाइबल)

सबै आस्थाहरूले भनेका छन् कि परमेश्वर भौतिक शक्तिबाट खुशी हुनुहन्न। जहाँ घोडाको शक्ति, हतियारको शक्ति, आणविक शक्ति, धनको शक्ति र जनशक्तिबाट खुशी हुनुहुन्न । वहाँ त ज्ञान, प्राज्ञ, दया र प्रेमबाट मात्र खुशी हुनुहुन्छ। बाइबलले भन्छ “वहाँ घोडाको शक्तिबाट खुशी हुनुहुन्न न त जनशक्तिबाटै खुशी हुनुहुन्छ” (बाइबल १४६ : १०-११) । खुशी ती व्यक्तिहरू हुन्, खुशी ती नोकरहरू हुन्, जो वहाँका नजिक उभिन्छन् र वहाँका प्रज्ञाहरू श्रवण गर्छन् (पारालीपोमेनन्, ९:७) । येसुले कहि कतै पनि हातहतियारको वल, सेवाको वल र पैसाको वलको प्रशंसा गर्नु भएको छैन ।

बुद्धधर्ममा खुशी हुनका लागि ४ प्रकारका गहन सोचाइहरू (Contemplations) आवश्यक पर्छन्; (१) शरीरको बारेमा गहन सोचाइ (२) अनुभवको बारेमा गहन सोचाइ (३) मनका बारेमा गहन सोचाइ । (४) संसारिक विषयवस्तुका बारेमा गहिरो सोचाइ । तपाईं खुशी रहन चाहानुहुन्छ भने तपाईले दृढ निश्चय गर्नुपर्छ कि तपाईंको ध्यान तपाईको अनुभूति र अनुभवमा केन्द्रित गर्नुपर्छ। तपाईंले मनलाई अरू बाहिरी अथवा भित्री वस्तुहरूमा भाग्न दिनु हुँदैन (लामा, २०१६) । यदि तपाईंले गहिरो चिन्तन गर्नुभयो भने र आफ्नै अनुभव र अनुभूतिमा ध्यान केन्द्रित गर्नुभयो भने तपाईंले खुशीको अनुभव गर्न सक्नुहुन्छ ।

१३.२ खुशीका प्रकारहरू

सनातन दर्शनमा पनि खुशी र आनदको अन्तिम स्रोत भनेको आत्मा नै हो । एउटा व्यक्ति तब खुशी हुन्छ जब उसको मन आत्मासँग जोडिन पुग्छ। आत्मा परमात्माको अंश हो। त्यसैले परमात्माले जीवात्मा मार्फत् मन र हृदयमा खुशीको वर्षा गराउनु हुन्छ। वेदान्तका अनुसार खुशी वा आनन्द, मनमा शान्ति, चेतनशील आत्मामा निर्भर रहन्छ । चेतनामा नै अमनशान्ति र खुशी रहन्छ । मन परेका वस्तु देख्नासाथ हाम्रो हृदय खुशी हुन्छ। भौतिक वस्तुहरू जस्तो घर, गाडी, ट्यावलेट (कम्प्युटर) ले क्षणिक खुशी छाउँछ तर त्यो केवल अनुभूति मात्र हो । खासमा यो आनन्द होइन । हाम्रो आफ्नै पैसा नभए पनि हामी पैसाको नजिक गऱ्यौ भने क्षणिक खुशीको आभास मिल्छ। प्रियवस्तु वा पैसाको नजिक जान मन लाग्छ यो पनि खुशीको अनुभूतिमात्र हो, साँचो आनन्द चाँही होइन ।

बाकस ३: खुशीका प्रकारहरू

ज्ञानको विद्यालय	**भौतिक खुशी र आनन्द**	**आध्यात्मिक आनन्द**	
		मध्यम आनन्द	**उच्च आनन्द**
पश्चिमी	अनुभूति मात्र	आनन्द	रमाइलो (दिगो)
पूर्वीय (उपनिषद)	प्रिय	मोद	प्रमोद
मनोवैज्ञानिक	खुशी	डुब्नु, भिज्नु	अर्थपूर्ण जीवन

जबसम्म मन, बुद्धि र आत्मा एक अर्कामा जोडिन्छन् हामीमा आनन्दको संचार हुन्छ। त्यसलाई हामी ‘मोद’ अथवा उच्चानन्द भन्दछौं । जब व्यक्ति ध्यानमा पुरै डुब्छ वा भिज्छ भने त्यसलाई ‘मोद’ भन्छौं । त्यसैलाई पश्चिमाले भिजेको अथवा तल्लीन अवस्था भन्ने बुझ्दछन् । जब व्यक्तिले संसारिक वस्तुबाट मुक्ति पाउँछ त्यसलाई उच्चतम किसिमको आनन्द अथवा ‘प्रमोद’ भन्दछौं । त्यसैलाई पश्चिमेलीहरू सर्वोच्च आनन्द भन्दछन् । उच्च किसिमको आनन्द पुण्यकर्मबाट प्राप्त हुन्छ भने ‘प्रमोद’ अथवा उच्चतम आनन्द चाँहिँ मुक्तिबाट मात्र सम्भव

छ । उच्च किसिमको आनन्द अथवा मोद चाँहिँ भोकाहरूलाई भोजन गराएर, वास नभएका व्यक्तिहरूका लागि वासको व्यवस्थापन गरेर, सडक बालबालिकालाई आश्रय स्थनमा ल्याउँदा र अज्ञानी व्यक्तिलाई ज्ञान वा प्रज्ञाको ज्योति प्रदान गरेर 'मोद' प्राप्त गर्न सकिन्छ । यस्ता कार्यबाट प्राप्तहुने आनन्दमा व्यक्ति लामो समयसम्म डुब्नसक्छ । परोपकार सहित सडक बच्चाहरूलाई बालगृह निर्माण गरी शिक्षा र स्वास्थ्य सेवाको सुविधा प्रदान गर्दा, वृद्धाहरूलाई वृद्धाश्रममा ल्याई हेरचाहको प्रबन्ध मिलाउँदा उसको आफ्नो जीवन सार्थक भएको अनुभव हुन्छ त्यसैलाई मनोवैज्ञानिक हिसावले अर्थपूर्ण जीवन अथवा Meaningful life भन्न सक्छौं ।

तीनवटै आयामलाई आधुनिक सकारात्मक मनोवैज्ञानिकहरूले पनि स्वीकारेका छन् । डा. सेलिगमेनले आनन्दलाई तीन भागमा विभाजन गर्नु भएको छ। खुशी पूर्णजीवन, असलजीवन र अर्थपूर्ण जीवन (सेलिगमेन, २००२) । खुशीपूर्ण जीवन भनेको भौतिक जीवन अथवा वस्तु र सेवाबाट प्राप्त गर्दा पाउने खुशी सहितको जीवन हो । असलजीवन भनेको आध्यात्मिक जीवन हो । दान दिने, परोपकार गर्ने, क्षमा दान दिने, प्रेम गर्ने, कार्यहरू आध्यात्मिक जीवन अन्तर्गत पर्दछन् । अर्थपूर्ण जीवन भनेको आफूलाई गरीब, विरामी, अपाङ्ग, टुहुरा बच्चाहरू, बुढी विधवाहरूको सेवामा समर्पण गर्नु हो (सर्वप्रियानन्द, २०१४) । अर्थपूर्णजीवन तब सम्भव हुन्छ जब पहिला दुई (खुशीजीवन र असलजीवन) विद्यमान हुन्छन् ।

पशिचमी विद्वानहरूले पनि आत्माको भूमिकालाई स्वीकारेका छन् । अरस्तुका अनुसार "आनन्द अरूभन्दा पनि आफ्नै आत्मामा निर्भर रहन्छ ।" वहाँले आनन्द नै जीवनको मुख्य उद्देश्य हो भनेर प्रकाश पार्नु भएको छ । भौतिक वस्तुको उपभोगले आनन्द प्राप्त हुँदैन । शान्ति, आनन्द र स्वतन्त्रता एक अर्कामा गुजिल्टीएर रहेका हुन्छन् अथवा एक अर्कामा खप्टिएर रहेका हुन्छन्, त्यसैले यिनीहरूलाई अलग गर्न निकै कठीन छ । जे भए पनि आनन्दको स्रोत भनेको आत्मा नै हो । आत्मारूपी मुहानबाट प्रज्ञारूपी कुलोको माध्यमबाट हाम्रो हृदयमा आनन्दको सिंचाई हुन्छ । आत्माले नै हाम्रो हृदयमा आनन्दको वर्षा गराइदिनु हुन्छ ।

बुद्धधर्मअनुसार जसले अष्टांग मार्गमा हिड्छ उसले आनन्द प्राप्त गर्छ । ती आठमार्ग मध्ये पनि सम्यकदृष्टि, सम्यकसंकल्प, सम्यकजीवन, सम्यकसमाधि आनन्द प्राप्त गर्न अति उपयोगी मार्गहरू हुन् । लोभ, द्वेष र मोह अथवा अकुशललाई हटाउन अलोभ, अद्वेष र अमोह उत्पन्न गर्नु नै सम्यकदृष्टि हो । फलको आश नगरी कर्म गर्नु अथवा निष्काम कर्म गर्नु र भौतिक वस्तुको चाहना नगर्नु, दृढ संकल्पन गर्नु, हिंसा नगर्नु, र संकल्प गर्नु पनि उत्तिकै आवश्यक छ । सम्यक जीवनमा हातहतियारको, पशुपंक्षीहरूको, मासुको, रक्सीको, विषको र लागु औषधिको व्यापार नगर्नु र नाप तौलमा नठग्न उपदेश दिनु भएको छ । साम्यक स्मृतिमा कायनुपश्च्यना, वेदनानुपश्च्यना, चित्तानुपश्च्यना धर्मानुपश्च्यनालाई अनुशरण गर्नु पर्छ अथवा शरीरको हेरचाहमा ध्यान दिने, सुख, दुःख वेदनाहरूलाई ध्यान दिने, विभिन्न प्रकारका चित्तहरूलाई बुझ्न जरुरी छ । त्यस्तै सबै प्रकारका धर्मलाई बुझ्न पनि जरुरी छ । सम्यक समाधिमा गृह त्याग गरी परिवर्जित भएर अष्टशीलको पालना गर्नुपर्छ अथवा घरमै बस्न चाहनेले गृहसेवी भई पंचशीलको पालना गर्नु पर्छ । प्रज्ञा वा ज्ञानप्राप्तिको लागि माथि बताइएका समेत आठवटै मार्गको समानरूपमा पालना गऱ्यो भने उसले सच्चाआनन्द प्राप्त गर्छ (हार्डि, १९५३) ।

इस्लाम धर्मअनुसार अल्लाहको आज्ञा पालन गर्ने र वहाँको धर्म अनुशरण गर्नु नै सही आनन्द दिने बाटो हो । यो बुद्धधर्मको अष्टाङ्ग मार्ग र सनातन धर्मको निष्काम कर्मयोगको बाटोसँग मेल खान्छ । अल्लाहमा सम्पूर्ण कुरा समर्पण गरेर व्यक्तिले आनन्द प्राप्त गर्न सक्छ । जो छ त्यो अल्लाहबाट प्राप्त हो भन्छ र त्यसैमा सन्तुष्ट हुने व्यक्तिले लामो आनन्द प्राप्त गर्छ ।

> "जसले राम्रो गर्छ, चाहे त्यो लोग्ने मानिस होस् वा स्वास्नी मानिस होस्, चाहे वहाँको भक्त होस्, हामी (अल्लाह र अरू) ले वहाँलाई असल जीवन दिएर बचाउँछौं र वहाँले गरेको सबैभन्दा राम्रो कामको लागि हामी पुरस्कृत गर्छौं ।" (कुरान, १६:९७)

अल्लाहबाट प्राप्त पुरस्कारबाट मानिसले आनन्दप्राप्त गर्छ । त्यस्तो पुरस्कार भौतिक वस्तु वा आध्यात्मिक प्रज्ञा अथवा ज्ञान पनि हुनसक्छ । पुरस्कार कहिले प्राप्त हुन्छ त्यो थाहा हुँदैन तर आनन्द बनाउन वहाँले पुरस्कार पक्का दिनुहुन्छ ।

माथिका प्रमाण र विश्लेषणबाट यो निष्कर्ष निकाल्न सकिन्छ कि खुशी र आनन्द छुट्टाछुट्टै कुरा हुन् । खुशी भौतिक वस्तुको साथसाथै प्राप्त हुन्छ भने आनन्द आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञाबाट प्राप्तहुन्छ । सबैभन्दा माथिल्लो स्तरको आनन्द अथवा प्रमोद चाँहि निर्वाण वा आत्मा साक्षात्कार वा मुक्तिबाट प्राप्त हुन्छ । खुशी क्षणिक हुन्छ भने आनन्द दीर्घकालसम्म रहन्छ । वस्तु प्राप्तगर्दा पाइने खुशी वास्तविक नभै अनुभूतिमात्र हो भने आनन्द चाँहि वास्तविक हो । खास आनन्द मानिसको हृदयमा पलाउँछ । यो चाँहि भक्ति, ध्यान र गहिरो सोचाइ (Concentration र contemplation) बाट पलाउँछ । अर्थशास्त्रको कार्यका आधारमा निम्न तरीकाले लेख्न सकिन्छ ।

आनन्द = कार्यहरू (ध्यान, भक्ति, चिन्तन)

जति–जति ध्यान र गहिरो चिन्तन बढ्दै जान्छ त्यति नै बढी आनन्द प्राप्त हुन्छ । जति–जति भक्ति वा परमेश्वरमा समर्पण बढ्छ त्यति नै बढी आनन्द प्राप्त हुन्छ ।

१३.३ सन्दर्भसूची

हार्डि, आर.एस. (१८५३). बुद्धिजमको हाते पुस्तिका । मुसीराम, मनोहर लाल प्रकाशन, दिल्ली ।

कृष्णानन्द, (मिति नखुलेको). ऐतारीया र तैत्तेरीया उपनिषदको आधारहरू । http://www.swami-Krishnananda.org/aitt/ait_5.html

लामा, डि. (२०१६). ध्यानको विषयमा । प्रज्ञा प्रकाशन, (wisdom publication) एम.ए. । www.wisdompubs.org

महाथेरा, भि.एन. (१९९०). बुद्ध र वहाँका उपदेशहरू । बुद्धधर्म शिक्षा संघ, श्रीलंका ।

पिकथल, एम.एम. (१८७५). होली कुरान । मुहम्मद मारमडुकेबाट अर्थ सहित अंग्रेजीमा अनुवाद ।

सेलिगमैन, एम.ई.पी. (२००२). सही आनन्द. तपाईंको सम्भाव्यताको दिगो पूर्ति - नयाँ सकारात्मक मनोविज्ञानको प्रयोग ।

सर्वप्रियानन्द (२०१४). वेदान्त र सकारात्मक मनोविज्ञानका अनुसन्धान र अन्तरदृष्टि ।https://www.youtube.com/watch?v=J21nBCY_YHM

..........., पवित्र बाइबल. ल्याटिनबाट अंग्रेजीमा अनुवाद ।

यहुदी, ग्रीक र अरु भाषासँग मेहनत पूर्वक तुलना गरिएको : डुवे-रिमस, संस्करण १६०९-१५८२ ।

अध्याय चौध
सन्तुलित भौतिक र आध्यात्मिक विकास

"धर्म (आध्यात्म) विनाको विज्ञान लङ्गडो हो भने विज्ञान विनाको धर्म अन्धो हो ।" - अल्वर्ट आइन्सटाइन

१४.१ परिचय

भौतिक पदार्थ भनेको आधा सृष्टि हो अर्को आधा भनेको अपदार्थीय सृष्टि (आत्मा र मन) हो, यही वेदान्तले भन्छ। एउटा आधा अर्को आधाबाट घटाउन सकिँदैन (अभेदानन्द, १९००) । यदि हामीले भौतिक अर्थशास्त्र मात्र बुझ्यौ भने आधा सृष्टि मात्र बुझ्यौं । अर्को आधाको विषयमा हालसम्म थोरै कुरामात्र बुझिएको छ । जति पनि बुझाउन कोशिस गरियो त्यो आजभन्दा २५०० वर्ष पहिले नै गरेको पाइन्छ । परमेश्वरको पूर्ण सृष्टि बुझ्न भौतिक र आध्यात्मिक वृद्धि उत्तिकै आवश्यक छन् । यिनीहरू दुवै विकासका सूचकांक हुन् । आर्थिक वृद्धिदर भौतिक विकासको सूचकांक हो भने आध्यात्मिक विकासको सूचकांक चाँहि आध्यात्मिक वृद्धि हो ।

द्रुत आर्थिक विकासको कारण मानिसको भौतिक स्वास्थ्यमा उल्लेखनीय सुधार आएको छ तर मानसिक स्वास्थ्यको स्थिति चाँहि अज्ञानताका कारण दिन प्रतिदिन खस्किदै गइरहेको छ । कुनै व्यक्तिको आध्यात्मिक र मानसिक अवस्थामा गडबढी आयो भने भौतिक स्वास्थ्यको कुनै उपयोगिता छैन । आध्यात्मिक र मानसिक स्वास्थ्यमा गम्भिर समस्या आयो भने व्यक्तिको धन सम्पत्तिको के काम ? द्रुत आर्थिक विकासले कम्पनीहरू अथवा फर्महरूमा हिंसात्मक व्यवहार

आउँछ, नैतिक विचलन आउँछ । जसले आध्यात्मिक स्वास्थ्यलाई कमजोर बनाई दिन्छ । यसले आध्यात्मिक वृद्धिलाई सीमित बनाइदिन्छ । विश्वमै मानिसको आयुमा वृद्धि भयो तर उसको जीवनको गुणस्तरमा भने ह्रास आयो । कृतिम रूपमा चिसो र तातो बनाउने सुविधा सहितका ठुल्ठूला महल, विलासी कार, विलासी विछ्यौनौ र सुविधा सम्पन्न कम्प्युटर, स्मार्ट फोन सबै बेकार हुन्छन्, जब व्यक्तिमा डिप्रेसन आउँछ, चिन्तामा डुब्छ । सिजोफ्रिनिया, खानपानमा गडबड र लागु औषधिमा लत बस्छ भने । थोरै आध्यात्मिक र धेरै आर्थिक विकास हुनु भनेको करौडौं व्यक्तिलाई डिप्रेसन तिर धकेल्नु हो । आर्थिक वृद्धि दरले मानिसलाई मेसिनमा परिवर्तन गरिदिएको छ । बढी नाफा कमाउनकै लागि मानिसले प्रेम, माया र परोपकारलाई बजारमा बेच्छन् । यस्तो वातावरणमा शान्ति भनेको त टाढाको आशा मात्र हो । हिजोआज जुन द्रुत आर्थिक वृद्धि हाँसिल भएको छ, त्यो आध्यात्मिक खर्चमा भइरहेको छ । धेरै अरवपतिहरूको मन मस्तिष्कमा ज्वारभाटा सहितको पैसाको आधिवेहरी आउँछ र शान्तिको स्थितिलाई नराम्ररी प्रभाव पार्छ । त्यसैले धेरै अरवपतिहरू मध्यरातमा निन्द्रा लगाउने औषधि खाएर मुस्किलले निदाउँछन् ।

यो किताबको मक्सद आर्थिक विकास चाँहिँदैन भने कदापि होइन । दुवै आध्यात्मिक र भौतिक विकास बीच सन्तुलन गर्नुपर्छ भन्ने मात्र हो । कसरी आध्यात्मिक र भौतिक विकास बीच तालमेल मिलाउने वा सन्तुलन कायम गर्ने त्यो नै आध्यात्मिक अर्थशास्त्री र आध्यात्मिक गुरुहरूका लागि ठूलो चुनौति हो । कसैको हृदय, मन र आत्मालाई अपवित्रताले ढाकेको छ भने उसको शारीरिक वृद्धिको कुनै अर्थ छैन । त्यस्तै, आध्यात्मिक विकासबिनाको भौतिक विकासको कुनै अर्थ छैन । बुझ्न के जरुरी छ भने शरीरबिना आत्मा रहनसक्तैन । त्यसैले आत्मालाई जान्न र बुझ्न र मुक्त हुन पनि स्वस्थ शरीर हुन आवश्यक छ । शरीरबिना मुक्ति प्राप्त हुदैन् । अध्यात्मविनाको भौतिक विकास भनेको "अपवित्र आत्मा सहितको सुन्निएको शरीर" हो । त्यस्तै भौतिक विकासबिनाको आध्यात्मिक वृद्धि भनेको "शुद्ध आत्मा सहितको कमजोर शरीर" हो । अपवित्रताले भरपूर्ण आत्मा सहितको सुन्निएको शरीरले हामीलाई गलत गन्तव्यमा पुर्‍याउँछ । मदिरा सेवन गरेको ड्राइभरले

जति नै राम्रो गाडी भए पनि सही गन्तव्यमा पुराउन सक्दैन । त्यस्तै राम्रो सवारी–चालक भए पनि गाडी चाँहि कमजोर रहेछ भने त्यो गाडीले पनि हाम्रो गन्तव्यमा पु¥याउन सक्दैन । जीविकापार्जनका लागि आधारभूत वस्तुको अभावमा व्यक्तिले अभाव र दरिद्रता विरुद्ध लामो संघर्ष गर्नुपर्छ । जसको कारण उसले आध्यात्मिक साधना गर्न सक्दैन । यदि शरीरले आत्मालाई खाना पु¥याउन सक्ने भएन भने आत्मा अन्तिम गन्तव्यमा कसरी पुग्न सक्छ ? शरीर बिना आत्माको मुक्ति संम्भव छैन । त्यसैले अन्नमय आत्मा भनेर उपनिषदमा भनिएको हो । उदाहरणको रूपमा भगवान बुद्धलाई नै लिन सकिन्छ, वहाँले खाना नखाई लामो समय ध्यान गर्नुभयो । वहाँको शरीर कमजोर थियो । जब सुजाताले खीर र अरू खस्रो खाना दिनुभयो त्यसपछि भगवान बुद्धको शरीर दह्रो भयो । शरीरले आत्मालाई पनि पोषण गरायो र वहाँ परिनिर्वाण प्राप्त गर्न सफल हुनु भयो ।

१४.२ विकासको नयाँ मोडल

दुवै भौतिक र आध्यात्मिक विकास मानवविकासको लागि उत्तिकै महत्वपूर्ण कुरा हुन् । स्वस्थ्य शरीर र पवित्र आत्मा प्रज्ञा प्राप्तिको लागि उत्तिनै जरुरी कुरा हुन् । यी दुई एक अर्काका प्रतिरोधी होइनन् वरु सहयोगी हुन् । यो अथवा ऊ होइन । यो र ऊ दुवै चाँहिने कुरा हुन् । यी दुईले आवश्यकता अनुसार एक आपसमा सहयोग प्रदान गर्दछन् । आध्यात्मिक गुणहरू जस्तो इमान्दारीता, धैर्यता, सहयोगी भावना र विश्वसनीयताले भौतिक विकासमा पनि ठूलो योगदान गर्न सक्छन् । भौतिक अर्थशास्त्रको विवेकी रोजाइ (rational choice theory) आफैंमा अविवेकी छ किनकि यसले हाम्रो जीवनका राम्रा कुराहरूलाई नजरअन्दाज गर्छ । यसले शान्ति, प्रेम, इमान्दारीता, मेलमिलाप, खुशी, क्षमा र दया जस्ता पैसाले किन्न नसक्ने तत्वहरूलाई नजरअन्दाज गर्छ । यस्तो किसिमको विवेकको सिद्धान्त बनोस् जसले भौतिक र आध्यात्मिक तत्वहरूलाई आफ्नो लेखाजोखामा समावेश गरोस् ।

बाकस नं ४ मा विकासको मोडल रोज्न सहयोग पुगोस् भन्ने हेतुले ४ वटा रोजाइहरू प्रस्तुत गरिएका छन् । पहिलो रोजाइमा उच्च भौतिक र निम्न आध्यात्मिक विकासको मोडल छ । अहिलेको आर्थिक

तथा सामाजिक विकास पद्दतिले यही मोडललाई आत्मासाथ गरेको छ अथवा यही मोडललाई अपनाएको छ, जसलाई हामी शास्त्रीय वा नवउदारवादी मोडेल भनेर बुझ्दछौं । यो मोडेलले दुईवटा ठूला अनुमान (Assumptions) का आधारमा बनेको छ; (१) वस्तुहरूले मानिसमा खुशी र आनन्द ल्याउछन् (२) पैसाले खुशी र आनन्द ल्याउने सबै वस्तुहरू किन्न सक्छ । यो मोडेलले उच्च आर्थिक विकास हाँसिल गऱ्यो तर गाउँका गरीबहरू खास गरिकन साना किसानहरू र साना उद्योगीहरूलाई जमीनविहिन र उद्योगविहिन बनायो । यसैलाई हामी सृजनशील विनास भनेर बुझ्दछौं । भारतमा भएको हरितक्रान्ति ले गहुँको उत्पादनमा उल्लेखनीय रूपमा वृद्धि गऱ्यो, धनी किसानले धेरै फाइदाहरू प्राप्त गरे तर साना किसानहरू जमीनविहीन बन्न पुगे । हरितक्रान्तिले धनीलाई अझ धनी र गरीबलाई अझै गरीब बनाइ दियो । अभावलाई सम्बोधन गर्नु नै विकासको रणनीति बन्यो । अभाव भएपछि अशान्ति र झै झगडा हुन्छन् तसर्थ शान्ति, आनन्द र समृद्धि ल्याउन हरितक्रान्ति सुरु गरिएको थियो । यसले कृषकलाई भन्दा शहरका व्यापारी र दलाललाई बढी फाइदा दियो ।

बाकस ४ : विकासका मिश्रित मोडल

उच्च भौतिक	१)उच्च भौतिक तथा निम्न आध्यात्मिक विकास	२)उच्च आध्यात्मिक तथा उच्च भौतिक विकास
निम्न भौतिक	३)निम्न भौतिक तथा निम्न आध्यात्मिक विकास	४)उच्च आध्यात्मिक तथा निम्न भौतिक विकास
	निम्न आध्यात्मिक	**उच्च आध्यात्मिक**

यसले धनी र गरीबबीचको खाडललाई झन बढायो र धनी र गरीब बीच ध्रुवीकरण भयो, सामुदायिक एकतामा ह्रास आयो (शिव, १९९१) । त्यस्तै धेरै स-साना उद्योगहरू औद्योगिक क्रान्तिका समयमा डुबेर गए । मनमा अपवित्रताको फोहरका कारण आत्महत्या र आत्महत्याको प्रयासमा वृद्धि भयो (न्युमेन, २००७) । प्रदूषण, जंगल कटानी, प्राकृतिक स्रोतको बढी दोहन, वन्यजन्तुहरू उनीहरूको वासको हानि–नोक्सानी, भौतिक विकास वृद्धिका केही नराम्रा पक्षहरू हुन् । यो

मोडेलले शान्ति, आनन्द, मेलमिलाप र वातावरणको मा उच्च आर्थिक वृद्धि दर हाँसिल गर्छ ।

इस्लामले भन्छ कि यो आर्थिक वृद्धि "हरामका काम" बाट भएको हो । पवित्र कुरानले भन्छ कि "जसले आत्मा बेच्छन् उनीहरू दुष्ट/पापी हुन" (कुरान २:९०) । जबसम्म नाफा प्राप्त भइरहन्छ तबसम्म सबै प्रकारका हिंसात्मक व्यवहारहरू पनि भौतिक रुपमा स्वीकार गरिन्छ। यो नै भौतिक अर्थशास्त्रको लागि सुन्दर पक्ष हो। प्रेम, मनको शान्ति, इमान्दारिता, सामाजिक र धार्मिक मेलमिलाप आदि कुरा नाफा कमाउनका लागि बजारमा बेचिन्छन् । तीव्र प्रतिष्पर्धाका कारण यसबाट सयौं व्यक्तिहरू अरबपति बन्छन्, तर करौडौं व्यक्तिहरू गरीबको रेखामुनि भ्फारिन्छन् । यो मोडेलमा उच्च असमानतालाई स्वीकार गरिन्छ । यति हुँदाहुँदै पनि आध्यात्मिक साधनाले थोरै ध्यान केन्द्रित गर्छ र यसलाई आध्यात्मिक उपचारको रूपमा स्वीकारिन्छ । त्यसैले यस मोडलमा आध्यात्मिक वृद्धि एउटा चुनौतिको रूपमा रहन्छ ।

दोस्रो मोडेलले "उच्च आध्यात्मिक वृद्धि तर निम्न भौतिक वृद्धि" हाँसिल गर्छ । यसले प्रज्ञा र ज्ञानको उत्पादन गर्छ, मानव मनलाई शान्ति बनाइराख्छ र सही प्रेम र दयालाई मानव हृदयमा दिगो बनाउँछ । तर भौतिक वस्तुको अभावका कारण र प्रविधिको निम्न विकासको कारण त्यस्तो आध्यात्मिक ज्ञान र प्रज्ञा अरूलाई सिकाउन र धेरै सर्वसाधारण जनतामा यो ज्ञान र प्रज्ञा पुऱ्याई लाभ दिलाउन सकिदैन। प्राचीन ऋषि महर्षिहरूले धेरै आध्यात्मिक प्रज्ञा र ज्ञानको उत्पादन गर्नुभएको थियो तर त्यस्तो ज्ञान र प्रज्ञाबाट मुट्ठीभर व्यक्तिले मात्र फाइदा लिनसके । कपिल र अरू ऋषिहरूले सांख्य (ध्यान र राजयोग)बाट प्रज्ञा र ज्ञान उत्पादन गर्नुभएको थियो तर त्यस्तो प्रज्ञा र ज्ञानबाट थोरै व्यक्तिहरू मात्र लाभान्वित हुन सके । सीमित प्रविधि र भौतिक वस्तुका कारण धेरै व्यक्तिले त्यस्तो ज्ञान र प्रज्ञाबाट लाभ उठाउन सकेनन् । यो मोडेल दुई ठूला अनुमान अथवा मान्यता (Assumption) का आधारमा निर्माण गरिएका छ, (१) वस्तुले दु:ख निम्त्याउँछ र (२) भौतिक वृद्धिले आध्यात्मिक विकासलाई अवरोध गर्दछ

। वस्तुहरूले दुःख पीडा ल्याउने भएकाले भौतिक विकास हुनसकेन । जति पनि भौतिक वस्तु छन् तिनीहरूले आध्यात्मिक मार्गमा अवरोध ल्याउँछ भनेर ती वस्तुको उपभोगलाई निरुत्साहित गरियो । उत्पादनलाई सीमित गरियो । जसको फलस्वरूप आध्यात्मिक ज्ञानलाई बढीभन्दा बढी व्यक्तिहरूमा पुऱ्याउन सकिएन । भौतिक इच्छाहरूलाई या त दमन गरियो या सीमित बनाइयो । व्यक्तिहरूले जीविकोपार्जन गर्नको लागि ठूलो संघर्ष गर्नुपऱ्यो ।

तेस्रो रोजाइ भनेको "निम्न भौतिक र निम्न आध्यात्मिक विकासको मोडेल" हो । कुनै पनि समाजले यो मोडललाई रोज्दैनन् । यो मोडेलले न त भौतिक विकास गराउँछ न त आध्यात्मिक विकास नै । तर पनि समाज यो मोडल रोज्न बाध्य हुन्छ किनकि समाजले आध्यात्मिक मोडेललाई तिलान्जली दिई सकेको हुन्छ भने भौतिक विकासको मोडेललाई पूर्ण रूपमा आत्मासात गरेको हुँदैन । त्यो बेला भौतिक विकास हुन सक्तैन किनकि धेरै वर्षको आध्यात्मिक विकासले भौतिक वस्तुको उत्पादनलाई चाँहिने पूँजी, मेसिन, कच्चा पदार्थको अभाव भैरहेको हुन्छ । यो अवस्था आध्यात्मिकबाट भौतिक विकासमा आउँदाको संक्रमण अवस्था अथवा भौतिकबाट आध्यात्मिक विकासतिर जाँदाको संक्रमणकालीन अवस्था हो । यस्तो संक्रमणमा पुराना मूल्य र मान्यतालाई तिलान्जली दिइएको हुन्छ भने नयाँ मूल्य र मान्यतालाई पनि पूर्ण रूपमा आत्मासात गरेको हुँदैन । यसले न त उच्च भौतिक न आध्यात्मिक विकास नै गर्छ तर पनि संक्रमणको समयमा समाज यस्तो मोडेल रोज्न बाध्य हुन्छ । यसले न शान्ति र आनन्द ल्याउँछ न त समाजलाई समृद्धि नै बनाउँछ ।

सबैलाई मन पर्ने चाँहिँ चौथो रोजाइ हो, जहाँ उच्च आध्यात्मिक र उच्च भौतिक विकास सम्भव हुन्छ । तर धेरैले यो मोडेललाई विश्वास गर्नु हुन्न किनकि दुवै विकास एकै पटक हुन प्रायः असम्भव हुन्छ । उनीहरूका अनुसार आध्यात्मिक र भौतिक विकास एक अर्काका निषेधक (Mutually exclusive) हुन । भौतिक विकास भयो भने आध्यात्मिक विकास हुनसक्तैन । त्यस्तै आध्यात्मिक विकास भयो भने भौतिक विकास हुँदैन । पवित्र बाइबलमा यस्तो उल्लेख गरिएको छ "एक जनाले दुई

मालिकलाई सेवा गर्न सक्दैन, या त उसले एउटालाई प्रेम र अर्कोलाई घृणा गर्नुपर्छ अथवा तपाईले एउटालाई भक्ति र अर्कोलाई हेला गर्नुपर्छ ।" तपाईले पैसा र परमेश्वर दुवैलाई सेवा गर्न सक्नुहुन्न (माथ्यु, ६:२४, बाइबल) । तर बुझ्न के जरुरी छ भने, यिनीहरू एक अर्काका पूर्ण निषेधक होइनन् । भौतिक र आध्यात्मिक दुवैलाई समन्वय गर्दा अतिरिक्त ऊर्जा (Synergy) प्राप्त हुन्छ । यदि दुवैलाई समन्वय गरियो भने दुई बीच द्वन्द्व हुँदैन । त्यसैकारण दुवै लक्ष्यलाई हामीले हाँसिल गर्नसक्छौं ।

पैसामा आशक्ति भएन भने त्यो खराब कुरा होइन । मेरो विचारमा आध्यात्मिक र भौतिक विकास एक अर्काका निधेषक होइनन् बरु सहयोगी हुन । यसै सन्दर्भमा श्री रविशंकरले भन्नु भएको छ कि पैसालाई खल्तीमा राख्नुपर्छ, मस्तिष्क वा मनमा राख्नु हुन्न । खल्ति भरिएपछि पैसा परमेश्वरको खातामा जम्मा गरिदिनुपर्छ । उपनिषद भन्छ अन्नमय आत्मा, मनमय आत्मा, विज्ञानमय आत्मा, प्राणमय आत्मा र आनन्दमय आत्मा । यिनीहरूलाई समूहकृत गर्दा पहिला २ वटा भौतिक विकासमा पर्छन भन्ने पछिल्ला ३ वटा चाँहि आध्यात्मिक विकास अन्तर्गत पर्दछन् । तसर्थ आध्यात्मिक लक्ष्य हासिल गर्न दुवै आध्यात्मिक र भौतिक विकास उत्तिकै महत्वपूर्ण छन् । आध्यात्मिकले अत्यावश्यक अथवा आधारभूत भौतिक वस्तुहरूलाई निषेध गर्दैन किनकि ती विना जीवन बाँच्न सकिदैन । शरीरबिना आत्माले मुक्ति प्राप्त गर्न सक्दैन । दुवै आध्यात्मिक र भौतिक वस्तुको गुणहरू विश्लेषण गर्दा भौतिक विकास आध्यात्मिक विकासको साधन बन्न सक्छ । आवश्यक भएर परमेश्वरले भौतिक संसार र आध्यात्मिक संसार दुवै सृष्टि गर्नुभएको हो । वस्तु पनि आवश्यक छ र बोध वा चेतना पनि आवश्यक छ । भौतिक रूपमा अमेरीका समृद्धशाली मुलुक हो तर त्यहाँका जनताहरू त्यति खुशी छैनन् किनकि त्यहाँ कममात्र आध्यात्मिक विकास भएको छ । अर्कोतिर भुटान अति कम विकशित मुलुक हो तर त्यहाँका जनता खुशी छन् किनकि त्यहाँ आध्यात्मिक र भौतिकको सन्तुलित विकास भएको छ । त्यहाँ उच्च आर्थिक वृद्धिदर सँगै उच्च आध्यात्मिक विकास पनि भइरहेको छ । विश्व खुशी र शान्तिको सूचकांकले यो देखाएको छ कि भुटानका जनताहरू संसारकै १८ औं स्थानमा छन् अथवा उनीहरू अरूको तुलनामा खुशी र शान्त छन् ।

हामीहरूले आध्यात्मिक र भौतिक विकासलाई संमिश्रण गरी रामराज्य स्थापना गर्नसक्छौं। जहाँ उच्च आर्थिक वृद्धिको सँगसँगै शान्ति र आनन्द पनि प्राप्त गर्नसकिन्छ। स्वामी विवेकानन्दले भन्नुभएको थियो कि यी दुवैलाई (भौतिक र आध्यात्मिक) समन्वय गरी समृद्धि, शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नसक्छौं । उदाहरणका लागि हामीले ध्यान र योगको साधना गऱ्यौ भने, यसले उत्पादन र उत्पादकत्व वृद्धि गर्छ र आर्थिक विकासलाई योगदान दिन सक्छ । त्यस्तै ध्यान र योगले मन र हृदयभित्रका अपवित्रताहरूलाई पखाली आध्यात्मिक विकासको ढोका खोली दिन्छ। भौतिक उन्नतिले, आध्यात्मिक, संवेगात्मक र मानसिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउँछ। मानिस भौतिक, आध्यात्मिक र मानसिक हिसावले स्वस्थ्य भयो भने उत्पादकत्वमा सुधार आउँछ । आजको अर्थशास्त्रमा करको माध्यमबाट पुनर्वितरणको काम हुन्छ भने आध्यात्मिक अर्थशास्त्रमा जकात/दान र चन्दाबाट पुनर्वितरणको काम हुन्छ । यसले हुने व्यक्तिहरूबाट लिई नहुने व्यक्तिहरूलाई प्रदान गर्ने कार्य गर्दछ। यसको साथै यस्तो दान, दानतव्यले हाम्रो हृदय र मनलाई पवित्र बनाउने कार्य गर्छ । जसले आत्मालाई पवित्र बनाउन योगदान दिन्छ। जसबाट भौतिक र आध्यात्मिक लक्ष्य प्राप्त गर्न सहयोग पुग्छ। जस्तो कि बुद्धधर्मसहित सबै धर्मले सुर्ती र मादक पदार्थमा रोक लगाउने, लागु औषधिमा बन्देज लगाउने, हात हतियारको व्यापारमा रोक लगाउने र मासु माछाको व्यापारमा रोक लगाउने कार्यमा एकमत जाहेर गरेकाछन् (अष्टाङ्ग मार्ग ४; भागवत पुराण १:१०:६, बाइबल उक्ति १२:१०)। यिनीहरूले आध्यात्मिक विकासलाई प्रतिरोध गर्दछन्। विलासी वस्तुको प्रयोगले पनि आध्यात्मिक बाटोमा अवरोध खडा गर्छ। त्यसैले विलासी वस्तुमा बढी कर लगाइन्छ।

आध्यात्मिक साधनाले मानव मनको मात्र नभई सामाजिक मनको अपवित्रता पनि शुद्धीकरण गर्छ । यदि व्यक्तिगत र सामाजिक मन सफा छ भने यसले मनमा शान्तिलाई संस्थागत गर्नसक्छ। शान्ति र मेलमिलाप आर्थिक विकासका लागि पूर्व तयारीका कुराहरू हुन् । कतिपय देशले आफ्नो बजेटको १० प्रतिशत शान्ति र मेलमिलापमा खर्च गर्छन्। कतिपय देशले सुरक्षाको नाममा ठूलो धनराशी खर्च गर्छन्

। यदि आध्यात्मिक साधनाद्वारा शान्ति र आनन्द प्राप्त भयो भने र समाजमा मेलमिलापको स्थिति पैदा भयो भने त्यो रकम आर्थिक विकासमा लगाउन सकिन्छ । ध्यानबाट प्राप्त हुने फाइदा सोचेभन्दा बढी नै छ । यदि धनाढ्य र राजनीतिक नेताहरूले ध्यान गरे भने धेरै स्रोत साधनहरू गरीब, अपाङ्ग, विरामी, टुहुरा बच्चाहरूको हितमा प्रयोग हुन्छ । त्यसैले आध्यात्मिक विकासले भौतिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउँछ भने भौतिक विकासले पनि आध्यात्मिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउँछ ।

स्रोत र साधनहरू परमेश्वरका उपहार हुन । त्यसैले सबै स्रोत साधनमा आध्यात्मिक ऊर्जा रहेको हुन्छ । हावा, आगो, पानी, कोइला, तेल, ढुँगा, माटो जे होस् यी सबैमा आध्यात्मिक ऊर्जा हुन्छ । केही पत्ता लागेका छन् भने केही चाँहिँ अझै पत्ता लाग्ने पर्खाइमा रहिरहेका छन् । हामीले कसैलाई केही वस्तु दिँदा त्यो वस्तु आध्यात्मिक ऊर्जामा रूपान्तरण हुन्छ । त्यसैले प्रत्येक वस्तुमा थोरवहुत आध्यात्मिक शक्ति हुन्छ, ढुङ्गा माटो नै किन नहोस् । यी सबै परमेश्वरले सृष्टि गर्नु भएको हो र वहाँका केही न केही शक्ति ती वस्तुमा लुकेर बसेको हुन्छ । सबै वस्तुमा आध्यात्मिक शक्ति हुन्छ नै । अल्वर्ट आइस्टाइनको सापेक्षवादको सिद्धान्त $E = mc^2$ हामी संयुक्त विकासको मोडलमा प्रयोग गर्न सक्छौं । उनका अनुसार ऊर्जा बराबर पिण्ड (किलो ग्राम) गुणन प्रकाशको वर्ग (ऊर्जा) । ऊर्जाको उत्पादन तब बढछ जब पिण्ड र प्रकाशको गतिमा वृद्धि हुन्छ । आध्यात्मिक र भौतिक विकास तब सम्भव हुन्छ जब प्रकाश चाहे हामीले देख्ने बाहिरी संसारको होस् वा शरीरभित्रको सूक्ष्मप्रकाश होस् त्यो ऊर्जा नै हो । शरीरभित्रको ऊर्जा आध्यात्मिक हो भने शरीरभन्दा परको वा संसारको ऊर्जा भौतिक ऊर्जा हो । ज्ञान वा प्रज्ञा पनि प्रकाश नै हो, त्यो आध्यात्मिक ऊर्जा हो । जति बढी वस्तु र प्रकाशको संमन्वय हुन्छ त्यति नै विकास सम्भव हुन्छ । जति भौतिक र आध्यात्मिक विकास हुन्छ त्यति नै सन्तुलित विकास हुनसक्छ ।

वस्तु र चेतना दुवै हाम्रा लागि अत्यावश्यक कुरा हुन् । पूर्वीयहरूले उच्च आध्यात्मिक विकासको मोडेललाई रोजे त्यसैले भौतिक विकास कम हुन गयो । पश्चिमाहरूले भौतिक विकासको मोडेल

रोजे त्यसैले आध्यात्मिक विकास कम हुन भयो । यदि हामीले यी दुवै मोडललाई मिसायौं भने यसले अतिरिक्त आर्थिक र आध्यात्मिक विकासको प्रत्याभूति गर्न सक्छ । यसले अतिरिक्त ऊर्जा (Synergy) उत्सर्ग गर्न सक्छ। त्यसैले स्वामी विवेकानन्दले र अल्वर्ट आइन्साटाइनले यी दुवैलाई मिलाउन वा समायोजन गर्न कोशिस गर्नु भएको हो । तर समय र परिस्थितिले वहाँहरूलाई समायोजन गर्न दिएन ।

चाहे दुवै हात(कर्म र भक्ति) हुन वा दुवै आँखा (भित्री र बाहिरी) हुन आध्यात्मिक र भौतिक विकासलाई समायोजन नगरी हुँदैन । यही कुरालाई आत्मासात गरी पश्चिमी मन मस्तिष्क र पूर्वीय हृदयलाई समायोजन गरी दुवै लक्ष्य हाँसिल गर्न कोशिस गरिएको हो (चिन्मोई, २००४) । तर यसले अझ पनि प्रर्याप्त ध्यान तान्न सकेको देखिँदैन । दाहिने खुट्टा भौतिक विकास हो भने देव्रे खुट्टा चाँहि आध्यात्मिक विकास दुवै खुट्टा बिना हिड्न सकिँदैन ।

पाचौं विकल्प भनेको दुवै आध्यात्मिक र भौतिकको मध्यम गतिको विकास । यो मोडेल गृहस्थी अवस्थामा उपयोगी हुन सक्छ । गृहस्थी अवस्थामा व्यक्तिहरू आध्यात्मिक र भौतिक दुवैको विकासमा लागेका हुन्छन् । यो सन्तुष्टिको मोडेल हो तर विकासको गति चाँहिँ मन्द हुने भएकाले गति बढाउन अत्यावश्यक छ। यो दिगो मोडेल पनि हो । यो मोडेल बुझेरै केही देशहरूले आफ्नो आर्थिक वृद्धिदरलाई जानीजानी कम गर्ने कोशिस गरेका छन् । चीनियाहरूले पनि दिगो आर्थिक विकास हाँसिल गर्न आफ्नो आर्थिक वृद्धिदरलाई केही कम गरेका छन् । यसमा दुईवटा ठूला अनुमान अथवा आधारहरू छन् मानिसमा मिश्रित चाहना हुन्छन् (भौतिक र आध्यात्मिक), न त उच्च आर्थिक वृद्धिले न त निम्न आर्थिक वृद्धिले व्यक्तिका मिश्रित चाहनाहरूलाई सन्तुष्ट बनाउन सक्छ ।

सबै मोडेलका आ-आफ्नै फाइदा र वेफाइदाहरू छन् । रोजाइ समाज वा व्यक्तिमा निर्भर रहन्छ। रोजाइलाई आस्था वा धर्मले प्रभावित पार्छ । पूर्वीयहरू धेरै आध्यात्मिक र कम भौतिक विकास चाहान्थे भने पश्चिमाहरू धेरै भौतिक र कम आध्यात्मिक विकास । तर आजभोलि

चाहनामा परिवर्तन भईरहेको छ । पूर्वीयहरू उच्च आर्थिक वृद्धिदरका पछाडि हिडिरहेका छन् भने पश्चिमाहरू आध्यात्मिक विकास तिर । आजभोलि पश्चिमाहरू निकै आध्यात्मिक अध्ययन, अनुसन्धान र साधनामा लागेका छन् भने पूर्वीयहरू उच्च आर्थिक विकासतिर । यी दुवै एक समय यस्तो बिन्दुमा आइपुग्छन् वा सन्तुलनको बिन्दुमा आउँछन् जसले उच्च आध्यात्मिक र उच्च भौतिक विकास सम्भव बनाउँछ । यस्तो सन्तुलनले संसार शान्त, समृद्धि, र आनन्दमयी बन्छ ।

१४.३ उपसंहार

माथि व्याख्या गरेअनुसार आध्यात्मिक क्रियाकलापले भौतिक विकासमा सहयोग पुग्छ ।

बाकस ५ : ध्यानको प्रभावकारीता

उत्पादन	ध्यान अघि	ध्यान पछि
प्रतिदिन उत्पादन	१० वटा कम्प्युटर	१२ कम्प्युटर
वर्षमा कूल कार्य दिन	२२० दिन	२०० दिन कार्य २० दिन ध्यान
कूल उत्पादन	२२०० प्रतिवर्ष	२४०० प्रतिवर्ष

बाकस ५ मा दिइएको उदाहरणले यो देखाउँछ कि ध्यान गर्नुभन्दा पहिला एक जना कामदारले १० वटा कम्प्युटरहरू एसेम्वल गर्न सक्थ्यो । यस हिसाबले उसले वर्ष भरिमा २२०० कम्प्युटरहरू तयार पार्थ्यो । ध्यान र साधना पछि उसको कार्य सम्पादनमा उल्लेख्य प्रगति भयो, र उसले दिनमा १२ वटा कम्प्युटरहरू एसेम्बल (तयार) गऱ्यो । वर्षमा २ पटक मेडिटेशन कोर्षको लागि छुट्टीमा बस्यो तैपनि उसको उत्पादन पहिलाको तुलनामा बढ्यो । यो त एउटा प्रतिनिधि उदाहरण मात्र हो । ध्यानले व्यक्तिको कार्य उत्प्रेरणा बढ्छ, काममा एकाग्रता बढ्छ, जसको कारण उसको उत्पादकत्वमा सुधार आउँछ । यहाँ अतिरिक्त उत्पादन प्रतिदिन २ वटा कम्प्युटर हुन आयो तर वर्ष दिनमा हेर्ने हो भने अतिरिक्त उत्पादनमा उल्लेखनीय परिवर्तन गरिदिन्छ । उसले वर्ष दिनमा २० दिन ध्यान मै बितायो तर ध्यानका कारण पहिलाभन्दा उसले बढी कम्प्युटर एसेम्वल गऱ्यो । ध्यानले व्यक्तिको मनमा भएका अपवित्रता र फोहरहरूलाई हटाउँछ र उसको व्यवहारमा सकारात्मक परिवर्तन

ल्याउँछ । यसले भौतिक र आध्यात्मिक दुवै विकासलाई मद्दत पुऱ्याउँछ ।

प्रेम र दयाको शक्तिले एक आपसमा सहयोगको भावना बढाउँछ । भौतिक विकासमा आध्यात्मिक क्रियाकलापले सहयोगी भूमिका निर्वाह गर्दछ । वास्तवमा निष्काम कार्ययोग भनेको पनि त्यही हो । आध्यात्मिक क्रियाकलापहरू जस्तो जकात/दान, दान्तव्य, र परोपकारी संस्थामा दिइएको सहयोगले भौतिक विकासलाई टेवा पुऱ्याइरहेको हुन्छ । अलंकारिक रूपमा भन्दा अर्थतन्त्र वा शरीर भनेको भौतिक वस्तु हो । तर त्यो अर्थतन्त्रको ईन्जिन भनेको आध्यात्मिक वल हो । शरीर नभई आत्मालाई मात्र अन्तिम गन्तव्यमा पुऱ्याउन सकिँदैन । अन्तिम गन्तव्यमा पुऱ्याउन शरीर र यो भित्रको ईन्जिन दुवै उत्तिकै बलियो हुन जरुरी छ । मेरो विचारमा राम्ररी संमन्वय गर्न सकियो भने दुवै विकासका लक्ष्यहरू हाँसिल गर्न सकिन्छ । समन्वय गर्न सकियो भने अतिरिक्त लाभ (Synergy) अथवा ऊर्जा प्राप्त हुन्छ । सकिएन भने एकले अर्कालाई निषेध गर्नखोज्छ अन्ततः दुवै लक्ष्य प्राप्त गर्न सकिँदैन । यदि राम्रा कार्यबाट उच्च आर्थिक वृद्धिदर हाँसिल भयो भने त दुवै लक्ष्यहरू हासिल भैहाल्छन् ।

सबै मानिसमा भौतिक र आध्यात्मिक चाहनाहरू हुन्छन् । तिनीहरूलाई व्यवस्थित गर्न सतानत धर्ममा चाहनाहरूलाई ४ भागमा विभाजन गरिएको छ; अर्थ, काम, धर्म र मोक्ष । यी ४ वटै लक्ष्यहरू हाँसिल गर्नु नै मानिसको कर्तव्य हो (दयानन्द, १९८९) । यी ४ वटा लक्ष्यमध्ये पहिला २ लक्ष्यहरू भौतिक उन्नतिसँग सम्बन्धित छन् भने पछिल्ला २ वटा चाँहि आध्यात्मिक उन्नति र विकाससँग सम्बन्धित छन् । यहाँ धर्म भनेको पुण्यकर्म हो कुनै निश्चित आस्था होइन । दुवै लक्ष्यहरू हाँसिल गर्नु अथवा दुवै चाहनाहरूलाई सन्तुष्ट गर्नु असलजीवन अथवा अर्थपूर्णजीवनको लागि अपरिहार्य छ । यो विकासको मोडेल दुईवटा अवधारणामा आधारित छ; (१) आध्यात्मिक र भौतिक विकासले एक अर्कालाई सहयोग पुऱ्याउँछन् (२) मानिसमा भौतिक र आध्यात्मिक चाहनाहरू मिश्रित भएर रहेका छन् ।

अहिलेको आर्थिक पद्दतिले आध्यात्मिक, वातावरणीय र मानवीय खर्चमा आर्थिक वृद्धिदर हाँसिल गरेको छ । त्यसै कारणले धेरै समस्याहरूसँग जुभ्नु परेको छ । वर्तमान पद्दतिले सच्चा प्रेम, माया, मनको शान्ति र सामाजिक मेलमिलापहरू सबै बजारमा विक्री गरेर अधिक नाफा कमाइरहेको छ । असन्तुलित र अव्यवस्थित आर्थिक योजनाको प्रतिफलको रूपमा आध्यात्मिक मूल्यमा अपचलन, वातावरणमा ह्रास आएको छ । हाल चीन र भारतले जुन ७-१०% को आर्थिक वृद्धिदर हाँसिल गरिरहेकाछन्, त्यो आध्यात्मिक खर्चमा भइरहेकाछन् । किनकि यी देशमा आफ्ना पूर्खाहरूले छोडेका प्रज्ञा र ज्ञानलाई तिलान्जली दिई वा लेनदेन गरी आर्थिक विकासलाई अगाडि बढाएका छन् ।

वेद, उपनिषद, बाइबल, कुरान, त्रिपिटक, प्राचीन उच्च आध्यात्मिक विकासका उदाहरणहरू हुन् । कति त अभ्कै पनि भौतिक विकासको छाया परेर अथवा कति प्रज्ञा वा ज्ञानहरू छोपिएरै रहेका छन् । तैपनि आध्यात्मिकतामा लागेका व्यक्तिहरू सधैं सन्तुष्ट र आनन्द मै बाँचिरहेका हुन्छन् । हिजो आज विज्ञान र प्रविधिमा आएको विकासका कारण हाम्रो जीवन धेरै आरामदायी र सजिलो हुन पुगेको छ । तर पनि मानिसहरू किन खुशी र आनन्दित छैनन् ? उत्तर सजिलो छ, आध्यात्मिक विकासलाई नजरअन्दाज गरी ल्याएको भौतिक विकासले आनन्द ल्याउँदैन । वास्तवमा भौतिक र आध्यात्मिक पक्षहरू भनेका एउटै सिक्काका दुईपाटाहरू अथवा एउटै साइकलका २ पांग्राहरू हुन् । जस्तो कि विवेकानन्दले भन्नु भएको छ “समृद्धि र आनन्द पाउन यी दुई विकासलाई समन्वय गर्नु पर्छ ।” यो जमानामा हामी हाम्रा पूर्खाहरूले हाँसिल गरेका प्रज्ञाहरूलाई न त कार्यमा उतार्न सक्छौं न त हाम्रा क्रियाकलापबाटै प्रज्ञा प्राप्त गर्छौं वा उत्पादन गर्छौं । कर्मको साधना गरी प्रज्ञा हाँसिल गर्नु पुण्यकर्म हो भने प्रज्ञालाई व्यवहारमा उतार्नु उत्तमकर्म हो । न त हामीले उल्लेखीय पुण्यकर्म गर्‍यौं र प्रज्ञाको उत्पादन गर्‍यौं न त प्राप्त प्रज्ञालाई व्यवहारमा उतार्न नै सक्यौं । ज्ञान र प्रज्ञालाई व्यवहारमा उतार्न वस्तु र प्रविधिको विकास हुन जरुरी छ । रामराज्य स्रोत साधनको अभाव कै कारण धेरै दिनसम्म चल्न सकेन । अर्कोतर्फ स्रोत साधनको अधिक दोहनले ज्ञान वा प्रज्ञा प्राप्त हुन सक्तैन । यही

यथार्थलाई हृदयङ्गम गरेर परमेश्वरबाट उपहार स्वरूप प्राप्त स्रोत साधनहरूलाई सावधानीपूर्वक उपभोग गर्नुपर्छ। दीगो शान्ति, समृद्धि, र आनन्द प्राप्त गर्न हाम्रो क्रियाकलापहरू उच्च आर्थिक वृद्धिदर र उच्च आध्यात्मिक वृद्धितर्फ उन्मुख हुनुपर्छ।

१४.४ सन्दर्भसूचि

अभेदानन्द (१९९०). वेदान्त दर्शनशास्त्र, मृत्युपछि आत्मा रहन्छ ? वेदान्त सोसाईटी न्यूयोर्क।
http://cincinnatitemple.com/articles/Does-the-Soul-Exist-After-Death.pdf

बोधी, वी (१९९८). उच्च अष्टाङ्ग मार्ग : दुःखको अन्त्य। वृद्धिष्ट पब्लिकेशन सोसाइटी, केन्डी, श्रीलंका।

चिन्मोई, एस. (पूर्वीय हृदय र पश्चिमी मस्तिष्कको एकीकरण, भाग १) अग्नि प्रेस जमाइका, न्यूयोर्क।

दाल, ए. एल. (१९६३). दिगो विकासको आध्यात्मिक आयाम। दिगो विकास। अन्तराष्ट्रिय सहयोगसम्बन्धी कार्यशालामा प्रस्तुत कार्यपत्र।
. http://bahai-library.com/dahl_spiritual_dimensions_development

दयानन्द, एस. (१९८७). वेदान्तको परिचय : बुझाइ का मूलभूत समस्या। भिजन बुक्स, भारत।
http://www.holybooks.com/introduction-to-vedanta-understanding-the-fundamental-prolbem-by-swami-dayananda

पिकथल, एम.एम. (१८७५). होली कुरान, अंग्रेजीमा अनुवाद। http://www.khayma.com/librarians/call2islaam/quran/pickthall

रोड्रिगुज, टि. (मिति नखुलेको). हरित क्रान्तिको ग्रामीण र साना किसानामा असर, सम्बन्धित ममिलाहरूको अध्ययन।
https://hnrs353.wordpress.com/case-studies-exploring-human-development-and-social-changes-caused-by-the-green-revolution/effects-of-the-green-revolution-on-rural-small-scale-farmers-and-relevant-case-studies/

उलुविसेरा, आर (२०१४). आध्यात्मिक विकास र आर्थिक विकास : द्वन्द्व कि अतिरिक्त लाभ (सिनर्जी)। आध्यात्मिक र दिगो विकास। सैरोन बुक्स।www.rohanaulluwishewa.com/books/14-pages.html

शिव, वी. (१९९१). हरित क्रान्ति को राजनीतिक र साँस्कृतिक लागत। हरित क्रान्ति का हिंसाहरू। तेस्रो विश्वको संजाल, लण्डन र न्यूजर्सी।

न्यूमेन, वी.(२००७). तितो खेती : कृषकको आत्माहत्या र हरित क्रान्ति , पन्जाब, भारतको सामाजिक, वातावरणीय र आर्थिक असरहरू । खाद्यान्न र विकाससम्बन्धी इस्टिच्यूट, क्यालिफोर्नीया ।

..........., पवित्र बाइबल राजा जेम्स संस्करण, www.davince.com

............, पवित्र बाइबल : ल्याटिन भुलगटेबाट अंग्रेजीमा अनुवाद यहुदी, ग्रीस र अरू भाषाको संस्करणको मेहनतपूर्वक तुलना गरिएको डुवे रीम्स संस्करण १६०९, १५८२ ।

............., भागवत पुराण महात्मेय : हिन्दी संस्करण । https://vedpuran.files.wordpress.com/2011/10/bhagwat-puran.pdf